

地域での介護予防の取り組みに関心のある市民

介護予防

# サポーター養成研修

日時：令和8年6月27日(土)13時30分～16時30分(開場13時)

内容：茨木市の介護予防への取り組み

介護予防の目指すもの(講義及び実技)

はつらつパスポートを基に広く浅く学習・体力測定の意義

元気いばらき体操 ver.3

会場：茨木市 シニアプラザいばらき 大広間

定員：先着 25 名(令和8年5月27日～受付開始)

費用：無料

講師：NPO 法人 元気いばらき体操普及会 会員

持ち物：筆記用具・タオル・飲み物

(お持ちの方は 名札・はつらつパスポート)

**当日は動きやすい服装でお越しください。**



問合せ・申し込み先

シニアプラザいばらき はつらつ事業事務局

電話:072-633-7770(火～金 13時～16時)

メール:[plazaorange@road.ocn.ne.jp](mailto:plazaorange@road.ocn.ne.jp)

担当:NPO 法人 元気いばらき体操普及会



\*この研修は、茨木市より地域介護予防活動支援事業

(介護予防指導者養成研修・フォローアップ研修)の委託を受け実施します。