

ナガヤもん® 健康教室

参加費
無料

健康寿命を伸ばそう

令和8年 4月11日(土)
7月11日(土)
10月10日(土)
令和9年 1月9日(土)

13:30~15:30
(受付は30分前から)

オレンジかふえ併設

ナガヤもんカフェ

1ドリンク制200円

ミニコンサートあり



場所 ナガヤもん (茨木市上穂積2-8-25、
スギ薬局さんの裏手)

内容 日常生活を活動的に暮らすための
体力測定・アドバイス

『はつらつパスポート』(制作：茨木市長寿介護課)
を使って、自己チェックをしてもらいます。

※『はつらつパスポート』は、当日配布いたします。

講師 ●大阪府済生会茨木訪問看護ステーション
所長 西森 麻喜子
●大阪府済生会茨木病院
健康増進・参加認定理学療法士
中里 陽介

対象：どなたでも参加可(小学生以上)

定員：先着10人程度

お申込：事前予約、電話にて先着順に受付。

(氏名、人数、連絡先、来場手段を連絡)

※車でお越しの方は駐車場利用可能(有料)

TEL：090-2011-8591(川上)

主催：いばらき古民家再生・保存活用の会

後援：茨木市、茨木商工会議所



ナガヤもん
Instagram