



茨木市委託事業

茨木市介護予防指導者 フォローアップ研修

日 時 : 令和7年2月15日(土) 13時30分～15時30分 (開場13時～)

会 場 : シニアプラザいばらき 大広間

対 象 : 市内で介護予防にとりくまれている人

定 員 : 先着25人 (2月1日～受付開始)

内 容 : **安心・必要・効果的に**

フレイル予防のはなしと運動スキルを身につける

費 用 : 無料

講 師 : (株)ルネサンス 佐藤ひさき氏 介護予防運動指導員

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でお越しください。



【問合せ・申込み先】

茨木市 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～金曜日13時～16時)

メー ル : plazaorange@road.ocn.ne.jp

担 当 : ブリリアントサービスM&R