

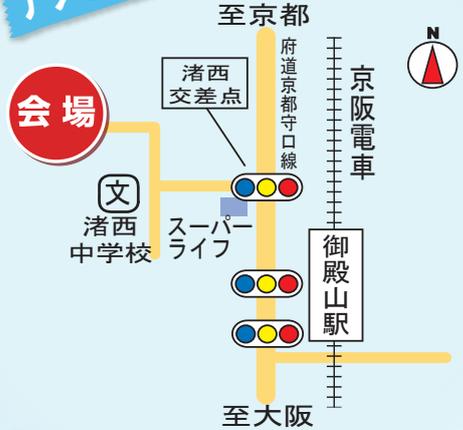
フレイルに立ち向かえ！ 

# 人生100年時代への カギを握る!



## 介護予防運動指導者講習会

アクセスマップ



**時間** 9:00~16:30(開場8:30)

**会場** 枚方市立渚市民体育館

大阪府枚方市渚西3丁目26-10  
京阪電車「御殿山駅」下車 徒歩約10分 有料駐車場あり

**対象** 運動指導者、介護施設従事者

**参加費** 8,000円

\*枚方体育協会スポーツサポートバンクにご登録の方は半額

### 講義① フレイル予防の栄養管理

関西医科大学附属病院 栄養管理部・健康科学センター  
管理栄養士 吉内 佐和子 氏

### 実技① 100年時代へ向けた楽10体操のススメ

特定非営利活動法人 あゆみ会 理事長  
健康運動指導士 倉田 智栄子 氏

### 実技② 目的に応じた筋力トレーニングの実技

野崎徳洲会病院 リハビリテーション科  
理学療法士 田頭 悟志 氏

### 講義② 100年時代へ向けたサルコペニア・フレイル予防

関西医科大学 健康科学教室 助教  
健康運動指導士 黒瀬 聖司 氏

**健康運動指導士・健康運動実践指導者、単位認定あり!**

講義3単位、実技3単位(認定番号:1961035)

### 申込み方法

電話、FAX、HPのメールフォームにて。  
FAXは以下の用紙をご利用ください。  
\*電話:12/29~1/6は年末年始休業

 QRコードから  
簡単申込!  
24時間対応

### 定員

先着60名(定員に達し次第受付終了)

### 申込先

公益財団法人 枚方体育協会  
大阪府枚方市渚西3丁目26-10  
☎ (072) 898-0200 FAX (072) 898-0201  
HP <http://hirakata-taikyo.org/>  
\*金曜日を除く9:00~17:00受付

（ふりがな） 氏名	（男・女）	年齢	電話番号
住所	（〒 - ）		
資格 （お持ちの方）	健康運動指導士	・	健康運動実践指導者
		登録番号	

■主催/公益財団法人 枚方体育協会  
■後援/関西医科大学附属病院 健康科学センター

**FAX.(072)898-0201**