



JIRITAS ×



社会医療法人 栄公会

佐野記念病院

健康講座

in 泉の森ホール

これからも永く健康に過ごすため

# 介護予防

について



参加無料

介護を受ける準備ではなく、必要としない体づくりを。

2026年

7月31日 金

時間 14:00~15:30

場所 エブノ泉の森ホールマルチスペース  
大阪府泉佐野市市場東一丁目2番1号

定員 100名(要予約)

いつまでも自分らしく元気に生活するためには、介護が必要になる前からの「介護予防」が大切です。介護予防のためのキホンをはじめ、健康寿命を延ばすための運動や栄養、日常生活で実践できるポイントを分かりやすくご紹介します。理学療法士などの専門職が、運動の実践を交え、今日から始められる健康づくりのコツをお伝えします。ぜひお気軽にご参加ください！



医師による基調講演

第1部

これからの健やかに過ごすための“介護予防”について

14:00~14:40



佐野記念病院  
高齢者複合施設ジリタス

リハビリテーション科

医師

吉川 達也

第2部

介護予防に効果のあるご自宅でできる運動・ストレッチ

14:40~15:10



佐野記念病院 リハビリテーション部  
機能訓練型デイサービス ARUKU JIRITAS

理学療法士

安田 亮介

実践あり

第3部

いざという時の介護保険制度 ~安心できる毎日を~

15:10~15:30



栄公ケアプランセンター

ケアマネージャー

7月29日(水)まで

定員となり次第、  
締め切らせていただきます。

参加ご希望の方は

佐野記念病院へお電話にてお申し込みください。

申し込み・お問い合わせ 健康講座担当まで

072-464-2111



▼Webからの申込



こちらのQRコードからも  
ご予約いただけます。



社会医療法人 栄公会  
佐野記念病院