

令和6年度 健康づくり推進リーダー養成講座 日程

	日 時	テ ー マ	講 師
1	10月10日(木) 10時~12時	開講式 「こころと体の健康づくり」	下口メンタルフィットネス 下口 泰正氏
2	10月30日(水) 10時~12時	実技「健康体操」	フィットネス21 事業団 岡坂 篤史氏
3	11月 7日(木) 10時~12時	実技「介護予防の運動Ⅰ」	大阪府レクリエーション協会 公認講師 浅田 昌子氏
4	11月19日(火) 10時~12時	実技「介護予防の運動Ⅱ」	大阪府レクリエーション協会 公認講師 浅田 昌子氏
5	11月25日(月) 10時~12時	「高齢者の健康づくり： 身体が動けば心も動く」 閉講式	トミオカ体操スクール 播野 幸宏氏
特 別	1月23日(木) 13時~15時	指導者・女性部指導者 合同研修	人材養成コーディネーター 浅見 真一氏

会 場：10月10日~11月25日 大阪市立社会福祉センター 第1会議室  
1月23日 クレオ大阪中央 ホール