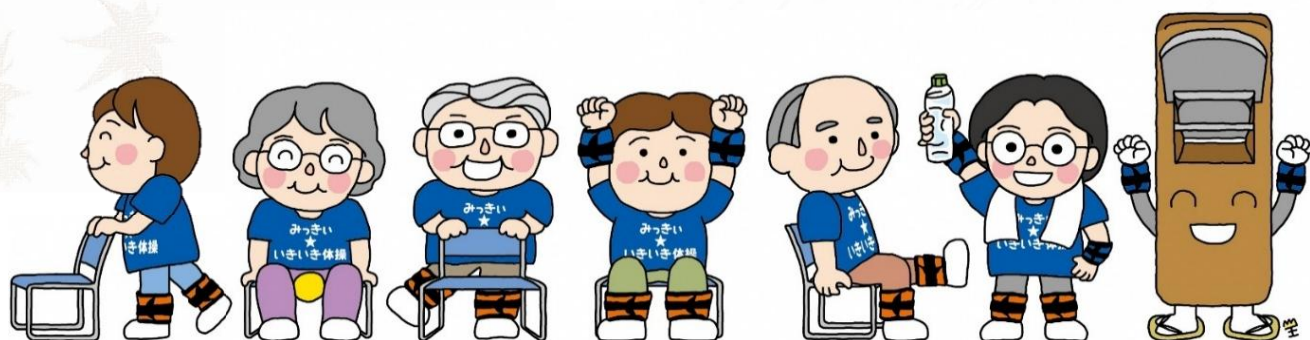


みつきい★ いきいき体操

体験会開催!!



令和8年10月2日(金)

10:00~12:00

吉川健康福祉センター
(吉川町大沢412番地)

参加
無料

体験会 内容

- 保健師・理学療法士による「フレイル」に関する講話
- 「みつきい★いきいき体操」体験

※飲み物をご持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。

対象

三木市内在住者で、おおむね65歳以上の方
(先着20名)



三木市役所 高齢福祉課 介護予防係

「みっきい☆いきいき体操 体験会」申込用紙

ふりがな		年齢
お名前		
住所		
連絡先	 () FAX ()	

※個別に参加通知は送りません。

※ご記入いただいた個人情報は、本セミナー以外の目的では使用いたしません。

【申込方法】 ※いずれかの方法で9月25日(金)までにお申し込みください。

■郵送・窓口 〒673-0492
三木市上の丸町10-30 三木市役所3F 高齢福祉課・介護予防係

■電 話 0794-82-2000 (高齢福祉課・介護予防係)

▼申し込みフォーム

■インターネット 右記二次元コードを読み取って申込画面を開き、
必要事項を入力して下さい。

https://apply.e-tumo.jp/city-miki-hyogo-u/offer/offerList_detail?tempSeq=5896

■FAX 0794-82-9943 (高齢福祉課・介護予防係)



吉川健康福祉センター(吉川町大沢412番地)



みっきい☆
いきいき体操
体験会

