

令和6年度「輝なんせ鳥取」講座 鳥取市×KAO

毎日を元気に過ごしたい方に向けた

# おでかけ応援講座

受講  
無料

フレイル&頻尿予防

定員  
30名  
(要申込・  
先着順)

2/21 金

13:30～15:00

フレイル予防に大切なことや尿モレの悩みなどの不安を解消するために、日常でできるセルフケアをご紹介します。ご本人も、ご家族も、楽しみながらおでかけするためのポイントを学んでみませんか？

講師 新光代さん・富田朋恵さん

(花王グループカスタマーマーケティング株式会社  
社会コミュニケーション部門中四国地区)

会場 鳥取市男女共同参画センター研修室  
(丸由百貨店5階)

対象 市内または近隣町在住・通勤通学されている方

手話通訳・託児申込締切：2/7（金）

【注意事項】

- お車で越越しの方は日ノ丸パーキングをご利用ください。受講時間分のサービス券を発行いたします。

【申込・問い合わせ先】

鳥取市男女共同参画センター「輝なんせ鳥取」

TEL・FAX：0857-24-2704

Mail：danjyo-center@city.tottori.lg.jp

※メールでの申込は、お名前とご連絡先をご記入いただき、返信をもって受付完了といたします

HP



電子申請

