

回 覧

参加者 大募集！

介護予防リーダー養成講座

～あなたの力で地域を元気に～

介護予防に役立つ情報の提供や、体操の指導・サポートを行うボランティアを養成する講座です。あなたの力を、地域の健康づくりのために活かしませんか！

近くのみんなで 効果ある体操 地域づくり

◇開催時間:10時00分～12時00分

◇開催場所:介護予防施設「悠友館」

◇参加対象:40歳以上で講座終了後に月1回以上、地域で介護予防体操の指導などのボランティア活動ができる方

参加費
無 料

◇日 程 :①5月24日(木) ②5月31日(木) ③6月7日(木)

④6月14日(木) ⑤6月21日(木) ⑥7月5日(木)

⑦7月12日(木) ⑧7月19日(木) **全8回**

◇定 員 :25名程度(原則、全日程参加可能な方)

◇講 師 :埼玉県理学療法士会

◇持ち物 :室内用運動靴、飲み物、タオル、筆記用具

◇お申込 :電話か悠友館窓口でお申し込みください。  けんこう大使よしみん



申込・問合せ 健康推進課 包括支援センター係 53-0526