

受講生募集！

あなたも、
この講座を受講して、
地域で活躍してみませんか！

◇◇介護予防人材養成事業◇◇

介護予防サポーター養成 さばえオリジナル健康体操実践講座

体操は、老若男女を問わず、いつでも・どこでも・誰でも楽しく行うことができます。身体を適度に動かすことで身体機能の維持や向上を図り、生活にうるおいを与え、健康づくり、生きがいがづくり、地域の仲間で行うことで地域のつながりをも強くできる大きな力をもつものです。

受付開始日：平成28年6月1日（水）電話でお申し込み下さい。

その際、氏名、住所、連絡先をお聞きます。

受付時間：月曜日～土曜日の8：30～17：30

定員人数：先着20名（定員になり次第締め切ります）

会場：アイアイ鯖江・健康福祉センター（大会議室・和室）

開催日時：〔実技・講習〕 7月12日・19日・26日
8月2日・9日・16日・23日・30日
10月11日（各火曜日、計9回）
13：30～15：30（各2時間）

〔実習〕 ふれあいサロン（町内公民館）での実習2回

9月1日～10月4日

実習日・実習会場は8月以降にお知らせします。

観察演習1回・実技実習1回（各1時間程度）

講師：鯖江市健康福祉部健康課 理学療法士 山本 進 氏 他

受講料：無 料

参加条件 鯖江市民で年齢が65歳未満であること。

- ① 基本的に毎回受講にて実技講習を受け、実習体験が可能なこと。
- ② 講座終了後、市で実施する介護予防事業や地域での介護予防活動に積極的に活動していただけること。（男性の受講も歓迎いたします。）

申し込み先：鯖江市社会福祉協議会 ☎51-0091 担当：中川・大壁

