

回覧も愛鷹ちょっくら体操

サポーター養成講座のお知らせ

主催：愛鷹社会福祉協議会 共催：あしたか地域包括支援センター

愛鷹地区では、高齢者が歩いて行ける身近な場所（各自治会公会堂など）で参加できる介護予防教室を増やしていく予定です。

現在は、中東公会堂にて毎月第2月曜日に実施していますが、これから、地域の教室やサロン活動等で体操を広めていく『体操サポーター』を募集します。

ご自分の健康づくりや介護予防をしながら、地域で活躍してみませんか。

*開催日時〈全4回〉

第1回	平成30年3月9日(金)	午前9:30～11:30
第2回	3月16日(金)	～講義と実技(体操指導)～
第3回	3月23日(金)	講師：一般社団法人日本親子体操協会
第4回	3月30日(金)	健康運動指導士 三船美也子氏

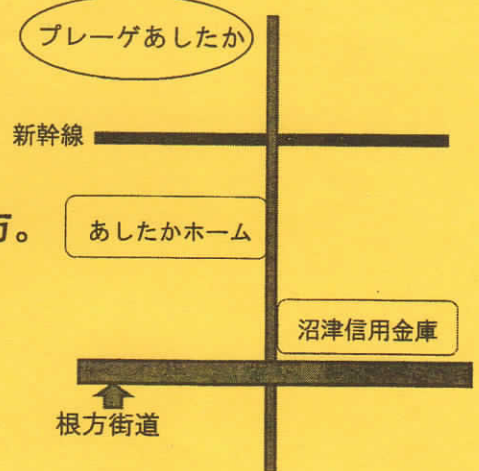
*会場 プレーゲあしたか 2階会議室

東椎路1639-1(旧あしたかホーム跡地)

*対象 愛鷹地区に住む方で修了後に地域で活動できる方。
運動を禁止されていない方。

*定員 10名程度

*申込み お近くの愛鷹地区社会福祉協議会役員まで、又は下記へ電話で申込み。



問い合わせ・申込み/ あしたか地域包括支援センター

電話：055-967-2988