

参加費無料!

高齢者の健康づくり・元気づくりのボランティアをしませんか?

介護予防リーダー 養成講座

街かどデイハウスや地域の高齢者の集まりなどで普及していただく介護予防の知識や実践方法、ご自身の健康づくりにも役立つ内容をお伝えします。



対象…高齢者の健康づくりに関心があり、地域で自主的に取り組みたいと考えているかた

内容…地域での介護予防活動に活用できる知識や体操(ゆっくりんぐ体操)を4日間にわたり、お伝えします。

第1クール

日時 6月6日~27日の**毎週木曜日**(全4回)

午後 1時30分~午後3時

場所 総合保健福祉センター 分館 定員 20人(申込順)

申込開始 5月9日(木)~5月30日(木)

第2クール

日時 11月29日~12月20日の**毎週金曜日**(全4回)

午後 1時30分~午後3時

場所 総合保健福祉センター 分館 定員 20人(申込順)

申込開始 11月1日(金)~11月22日(金)

※第1クールと第2クールは同じ内容を予定しています。ご都合のつきやすいクールにお申し込みください。

—— 申込み・問い合わせ ——

箕面市 健康福祉部 高齢福祉室 TEL 072(727)9505 FAX 072(727)3539