

いきいきと！ 楽しみながら健康になる！

介護予防リーダー養成研修を開催します！

～ 体操教室をお手伝いして、あなたも元気に、健康維持～

参加者募集

参加費無料



介護予防活動のリーダーとして活躍できるボランティアを養成する研修です。

あいた時間を有効活用したい方、地域の高齢者のお役に立ちたい方、おしゃべりが好きな方、運動が苦手な方でも大丈夫！是非ご参加ください。

65歳以上の方を対象とした体操教室で活動するリーダーの皆さん



期 間 **10月3**（木）～**12月19**日（木） 毎週木曜日
9：30～11：30 全**12**回

場 所 コミュニティセンター地下1階機能回復訓練室等

対 象 羽村市にお住まいの**18**歳以上の方

定 員 **10**人

申込み **9月26**日（木）までに、電話またはメール・応募フォーム

応募フォーム



※メール：件名に「介護予防リーダー養成研修」本文に「氏名・住所・連絡先」を記入

【申込み・問い合わせ】

高齢福祉介護課 介護予防・地域支援係

電話:042-555-1111 内線197 Eメール s304200@city.hamura.tokyo.jp