

# はつらつ健康 サポーター養成講座



「はつらつ健康サポーター養成講座」は、介護予防や認知症に関する講義と機械を使用した筋力トレーニングを行う講座です。

**募集対象** 市内在住 65 歳以上の方  
参加コースのすべての日程にご参加いただける方

**募集人数** 各コース 10 名

**実施場所**

- ・ 富里市南部地域包括支援センター  
（富里市立沢新田 1 9 2 - 3）
- ・ リハビリケアタウン日吉台  
（富里市日吉台 5 - 4 3 - 2）

**参加費** 1,000 円（1 コース）

**日 時** 裏面をご覧ください

**募集期間** 各コース初回参加日の 2 週間前まで

※1 コース全 10 回の講座となります。お1人様1コースまでのご参加とさせていただきます。

※2 感染症の流行状況によっては事業を中止する場合があります。ご了承ください。

〈問い合わせ・申込み〉

富里市高齢者福祉課 TEL 0476-93-4981（直通）

# 日程

※下記コースより1コース選択してお申込みください。

※お申し込みは参加希望コース初日の2週間前までにお願いします。

## 〈富里市南部地域包括支援センター 9時30分～11時30分〉

コース	開催日（金曜日）					回数
1	10月	4日	11日	18日	25日	10回
	11月	1日	8日	15日	22日	
	11月	29日				
	12月	6日				

## 〈リハビリケアタウン日吉台 14時～16時〉

コース	開催日（木曜日）					回数
2	1月	9日	16日	23日	30日	10回
	2月	6日	13日	20日	27日	
	3月	6日	13日			



ご参加の際は、感染症予防対策へのご協力をお願いいたします。