

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	11月	10日	17日	24日		10回
	12月	1日	8日	15日	22日	
	1月	12日	19日	26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	11日	18日	25日		10回
	2月	1日	8日	15日	22日	
	3月	7日	14日	21日		



ご参加の際は、感染症予防対策への御協力をお願いいたします。