



リーダー養成講座 3日間コース

～ 楽しく介護予防！ ～

地域の通いの場
で活かせる♪

明るい笑顔と一緒に作りましょう！

ご自身の健康づくりのヒントを学びながら
各地域で開催されている「地域の通いの場」でも
介護予防のリーダーとして活躍し、地域の縁を作り、充実した
にのみやLifeを送りましょう。お申込みお待ちしております！



参加対象者 町内在住の方

日時・内容 全日 14:00～16:00

平成30年10月30日(火)	介護予防の基礎知識、プログラム体験、他
平成30年11月22日(木)	プログラム体験、仲間同士で意見交換、他
平成30年11月30日(金)	プログラム体験、実際にやってみよう、他

◎講師 (有) ハイライフサポート 健康運動指導士

開催場所 町立体育館 二宮町山西 218-10

もちもの 上履き・運動のできる服装・タオル・飲み物・筆記用具

参加費 300円

申し込み 二宮町高齢介護課 地域包括ケアシステム推進班

Tel 0463-71-3311

