

R8年度 すまいるサポーター

受講生

募集中!

養成講座

～健康寿命プラス5大作戦～

自分自身と地域の方の健康づくりを目指して、いきいきと生活するための方法を学び、地域のボランティアとして活動いただける方を募集します。

 場所 ゆめプラザ・那須

 対象 那須町にお住まいの方

 日時 午後1時～3時
(10月22日のみ午前10時～12時)

受講料
無料

定員
20名

| | | | | | |
|-----|-------|----------------|-----|--------|----------------|
| 第1回 | 8月25日 | 介護予防のあ・い・う・え・お | 第5回 | 9月29日 | 支え力upでプラス1 |
| 第2回 | 9月1日 | 体力upでプラス1 | 第6回 | 10月13日 | 心力upでプラス1 |
| 第3回 | 9月8日 | 食力upでプラス1 | 第7回 | 10月22日 | 出発!!地域に行ってみよう! |
| 第4回 | 9月15日 | 知力upでプラス1 | 第8回 | 10月28日 | すまいるカフェ 修了式 |

※第2回、第3回からの受講も可能です

  申込み・問合せ

下記へ電話または窓口にて**8月7日(金)まで**に
お申し込みください

那須地区地域包括支援センター(ゆめプラザ・那須内)

電話 0287-71-1138

FAX 0287-72-0416

