

ますます

ボランティア養成講座

# 元気サポーター養成講座 参加者募集

誰もが地域でいつまでも元気に暮らすために、講師を呼んで高齢者との関わり方、健康づくりに関する講話や運動方法を学び、介護予防事業の担い手となるボランティアを養成します。皆様ふるってご参加ください。

日時

全5回（13:30～15:30）

※他にフォローアップ講座が3回あります。

7/17

木

7/29

火

8/7

木

8/21

木

9/4

木



●場所：藤岡公民館 2階大広間

●対象：全講座に参加できる方、講座終了後、藤岡地域包括支援センターの教室にボランティアとして活動できる方

●定員：20名（先着順）

●講師：栃木県健康倶楽部 健康運動指導士 高橋良徳氏

●申し込み：藤岡地域包括支援センター（TEL62-0911）