健康づくりの輪を広げる♫

令和８年度一般介護予防事業

運動サポーター養成講座
受講生募集!!

正しい知識を学び、地域の運動クラブで活躍する
ボランティアを目指す講座です



令和９年(３回コース)

① １月20日(水)

② １月27日(水)

③ ２月　３日(水)

13:30～15:30

(受付　13:00～)

対　象	おおむね75歳まで ・運動することに興味がある方 ・介護認定を受けていない方
会　場	浅口市　健康福祉センター
内　容	運動体験：座ってできるストレッチ他 健康講話：安全に楽しく運動するには
持ち物	動きやすい服装、飲み物、 筆記用具、眼鏡　※屋内シューズは不要

参加費
無料



※申込が必要です

申 込 先　浅口市高齢者支援課(渡邊・丸山)
電話(0865)44-7388

申込締切　令和９年１月13日(水)