

かわべえいきいき体操



サポーター募集中!!

かわべえいきいき体操は…

おもりと椅子を使い、体力に自信がない方でも参加出来る介護予防体操です。歩いて通える地域の集会所で行われており、ご近所同士のつながりも深まります。



サポーターと参加者で
作り上げていく”通いの場”です。



～サポーターの役割～

- ・参加者への体操指導やサポート
- ・会場の準備 など

★サポーター特典★

サポーター活動をすると、かわべえ健幸マイレージポイントを2ポイント獲得！たまったポイントは商品と交換できます。



サポーター養成講座の詳細は、裏面へ！

かわべえいきいきサポーター養成講座

日付	場所
第1回 8月 5日(金)	コミュニティセンター 2階会議室1・2
第2回 8月12日(金)	
第3回 8月19日(金)	
第4回 8月26日(金)	
第5回 9月 2日(金)	
第6回 9月 9日(金)	
第7回 9月16日(金)	
第8回 9月30日(金)	川島町役場 2階大会議室

- ◆時間 午後1時30分～午後3時30分(全8回コース)
- ◆対象 各地区で開催される「かわべえいきいき体操」のサポーターとして活動できる方
- ◆内容 かわべえいきいき体操の実技、健康づくりに関する講話、サポーターとしての基礎知識、など
- ◆講師 平成の森・川島病院 理学療法士
- ◆持ち物 運動靴、飲み物、汗拭きタオル、筆記用具
- ◆申込み 7月22日(金)までにお電話でお申し込みください。



問合せ・申込み

健康福祉課 福祉グループ

☎ 299-1756