

参加者募集！！

【令和 7 年度】

シルバーリハビリ体操指導士 3 級養成講習会

ご自身や地域の介護予防・フレイル予防と健康づくり推進のため、シルバーリハビリ体操指導士になって地域の健康づくり活動に参加してみませんか

◆日 時（5 日間）

10 月 29 日(水)、11 月 5 日(水)、10 日(月)
12 日(水)、17 日(月)
※予備日 11 月 19 日(水)
午前 9 時 30 分～午後 3 時 45 分

◆会 場

北部保健センター(水府総合センター内)

◆対象(次のすべての要件を満たす方)

- 市内に居住している方
- おおむね 50 歳以上の方
- 常勤の職についていない方
- 指導士認定後に団体に加入して地域活動ができる方
(ご協力できる範囲の活動で大丈夫です)
- 5 日間出席できる方

◆内 容

- 講義(超高齢社会の介護予防とシルバーリハビリ体操、嚥下の仕組みと嚥下体操、解剖運動学など)
- 実技(シルバーリハビリ体操)

◆募 集 定 員

10 人程度

◆申 込 期 間

8 月 25 日(月)午前 9 時から 10 月 8 日(水)まで

◆受 講 料

無料(交通費、昼食代は各自負担)

◆お 申 込

右記 QR コードまたは電話でお申し込みください



申込フォーム



《お問合せ》 常陸太田市 健康づくり推進課 73-1212