

介護予防事業等をお手伝いしてくれる
ボランティアを募集します！！



介護予防一般高齢者施策 地域介護予防活動支援事業

シルバーリハビリ体操指導士 3級 養成講習会

県では、高齢者の介護予防を推進するため「シルバーリハビリ体操」の普及を進めており、この体操を普及するボランティアとして「シルバーリハビリ体操指導士」を養成しています。

市でも介護予防事業（生き生きクラブ）「知って納得 やって満足 お手軽『出前講座』「長・楽・部（ちよつくらぶ）」などでシルバーリハビリ体操指導士は必要不可欠な存在になっており、今後も普及啓発活動を進めていくためにも、次の会場で養成講習会を実施します。

イキイキとした地域づくりのために、あなたもシルバーリハビリ体操指導士になって一緒に活動してみませんか？



【募集人員】

20人
（定員以上のお申し込みがあった場合は抽選になりますのであらかじめご了承ください）

【申込資格】

平成20年4月1日現在満60歳以上で常勤の職業についていない市民であって、認定後に地域活動（介護予防事業など）に参加できる方
※緊急のやむを得ない事情をのぞき、全日程に参加できること。

※50歳代の方もお申し込みいただけますが、60歳以上の方の募集が募集人員を超えた場合は、受講できないこととなりますので、ご承知ください。
※認定後は、指導士会に加入し、会を通して活動していただくこととなります。

【講習会日程】

下記の日程になります。
※初日と最終日（開催場所が健康プラザ）のみ送迎あり
（ただし送迎希望者が9人以上の場合に限る）

開催日	開催時間帯	開催場所
① 10月20日(月)	午前9時45分～正午 午後0時45分～午後3時45分	茨城県立健康プラザ
② 10月24日(金)	午前10時～正午 午後1時～4時	谷和原公民館
③ 10月27日(月)	午前10時～正午 午後1時～4時	谷和原保健福祉センター
④ 10月31日(金)	午前10時～正午 午後1時～4時	伊奈公民館
⑤ 11月5日(水)	午前10時～正午 午後1時～4時	谷和原保健福祉センター
⑥ 11月7日(金)	午前10時～正午 午後1時～4時	谷和原公民館
⑦ 11月10日(月)	午前10時～正午 午後1時～4時	谷和原保健福祉センター
⑧ 11月17日(月)	午前10時～正午 午後0時45分～午後3時45分	茨城県立健康プラザ

【講習内容】

・講義Ⅱ 介護予防とリハビリテーションの推進、解剖生理学、老化と病気、高齢者の生活他
・実技Ⅱ いきいきヘルス体操、いきいきヘルスつばつ体操

【受講料】

無料
（ただし交通費、昼食代は各自負担）

【申込期間】

8月25日(月)～9月30日(火)

【申込方法】

伊奈庁舎介護福祉課窓口または電話でお申し込みください。

◆申し込み・問い合わせ先

伊奈庁舎介護福祉課
☎ 58-2111（内線1174）