



介護予防体操

優しく丁寧に指導します。

経験豊富な先輩指導士や医療専門職のスタッフを中心となって丁寧に講習を進めていきます。

令和8年度 シルバーリハビリ 体操指導士 3級養成講習会

受講生募集！
6/12 締切

**受講料
無料**

楽しくボランティア活動！

指導士の活動は、地域に暮らす高齢者の
生活の質や生活機能の向上に効果！
地域の介護予防に貢献！

講習日程

7/2 (木)

7/7 (火)

7/10 (金)

7/14 (火)

7/17 (金)

予備日

7/21 (火)

講習会について

- 受講資格 ①常勤の職に就いていない概ね**50歳以上**の稲敷市民
②左記5日間の講習会に全日程参加できる方
③地域で体操普及のボランティア活動ができる方
- 会場 稲敷市いこいのプラザ（稲敷市太田1002番地）
- 時間 全5日間 9:30～15:45
- 講習内容 シルバーリハビリ体操と体操に関わる身体の仕組みを学びます

お問い合わせ・申込先 稲敷市いこいのプラザ

☎0297-63-1004（受付時間：平日9:00～17:00）