

先着15名!

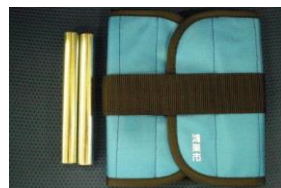
令和8年度

★介護予防ボランティア募集★

～自分自身の健康のため、そして地域の皆様のために～

のすっこ体操サポーター養成講座

- 内容：いきいき百歳体操の習得、おもりを使った6種類の筋力運動、整理体操、グループワークなど
- 対象：市内在住で【のすっこ体操】の支援活動ができる方
- 時間：9時30分から11時30分まで
- 場所：総合福祉センター
- 申込：5月18日（月）9時から
- 日程：全8日間（金曜日）



1	6月5日	5	7月3日
2	6月12日	6	7月10日
3	6月19日	7	7月17日
4	6月26日	8	7月24日

申込み・問合せ先

電話 048(541)1321 【内線】 2683・2672



鴻巣市介護保険課 高齢福祉担当