

シルバーリハビリ体操指導士 3級養成講習会受講者募集

シルバーリハビリ体操とは、いつでも・どこでも・ひとりでも出来る介護予防の体操です。

この体操を広く普及するためのボランティアである「シルバーリハビリ体操指導士」の養成講習会を開催します。

高齢になっても住み慣れた地域で、いつまでも自分らしく過ごせるように、シルバーリハビリ体操指導士として地域で介護予防の活動をしてみませんか！

1. 募集人員 10名（先着順）
2. 申込資格
 - （1）銚田市民で、おおむね50歳以上の方
 - （2）常勤の職業に就いていない方
 - （3）地域で体操普及のボランティア活動ができる方

シルバーリハビリ体操
についてはこちら→



3. 講習会日程及び会場

日 程		会 場	備 考
1日目	6月22日（木）	茨城県立健康プラザ（水戸市）	開講式・講習
2日目	6月28日（水）	銚田保健センター （銚田市銚田 1443 番地）	講習
3日目	7月 3日（月）		講習
4日目	7月 6日（木）		講習
5日目	7月13日（木）		講習・閉講式

※ 全日程終了者には、茨城県知事と茨城県立健康プラザ管理者連名の認定証が交付されます。

4. 講習時間 午前9時30分から午後3時45分
5. 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
6. 受講料 無料（但し昼食代は各自負担）
7. 申込締切 令和5年6月9日（金）まで
8. 申込方法 電話 または 窓口にてお申し込みください

受講決定者には、
後日詳細をお知らせします

※新型コロナウイルス感染症予防の観点から、マスク着用をお願いします。



<申込み・問合せ>

銚田市地域包括支援センター

（銚田保健センター内）

☎ 0291-34-0011

平日 午前8時30分～午後5時15分