

## 令和6年度 健康づくりサポーター養成講座 の参加者を募集します！！

講座を修了した方は、健康づくりサポーターとして介護予防事業のお手伝いやサロンなど様々な活動にお役立ていただけます。

### 【日程と内容】

	開催日時	内 容	講 師
第1回	6月10日 (月) 午前9時30分 ～11時30分	『健康づくりサポーター』って何するの？	地域包括支援センター
		『笑って健康』 笑いヨガや日常的に行える体操などについて学びましょう。	公益財団法人 星総合病院 理学療法士
第2回	6月17日 (月) 午前10時 ～11時30分	『転倒予防』 お家の中の環境整備のコツや転びにくい体づくりに ついて学びましょう。	公益財団法人 星総合病院 理学療法士
第3回	6月24日 (月) 午前10時 ～11時30分	『誤嚥予防』 肺炎の原因にもなる誤嚥の予防、お口の体操などにつ いて学びましょう。	公益財団法人 星総合病院 言語聴覚士

【会 場】 大玉村農村環境改善センター  
(大玉村玉井字西庵183)

【対象者】 健康づくりの活動に関心のある方

【参加費】 無料です

【申込み方法】 5月30日(木)までに下記へ電話でお申し込み下さい。



【申し込み・問い合わせ】 地域包括支援センター 鈴木・本田・野地 ☎48-4850