

受講者募集!!

## シルバーリハビリ体操指導士 3 級養成講習会

介護予防を目的とした体操を普及するボランティアを募集します。  
講習会では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。

### ■受講資格

市内在住の50歳以上の方で次のすべてを満たす方

- ① 常勤の職に就いていない方
- ② 指導士会に加入して体操指導のボランティア活動ができる方
- ③ 5日間全日程を受講できる方

### ■講習会日程

全5日間 開始時間9:30 終了時間15:45(昼食は各自用意)

	日にち	講習会場
1	令和 6年 10月 9日(水)	かすみがうらウエルネスプラザ (かすみがうら市穴倉5462)
2	令和 6年 10月16日(水)	
3	令和 6年 10月22日(火)	
4	令和 6年 10月30日(水)	
5	令和 6年 11月 7日(木)	

■受講料 無料

■定員 10名程度(先着順)

■申込方法 かすみがうら市地域包括支援センターへお電話でお申し込みください。

■申込締切日 令和 6年 9月 30日(月)

■その他 受講決定者には後日詳細をお知らせします。  
講習会の全日程を修了した方に、茨城県知事の認定証が交付されます。



あなたも一緒に活動してみませんか？  
ご自身の介護予防にもつながります。  
お申し込みお待ちしております！

【 申込み・問合せ先 】

かすみがうら市地域包括支援センター  
電話 029-898-9110