

いつまでも健康でいたい！
今の体力を維持したい！

まちの健康リーダー 養成講座生募集



健康リーダーになると…

健康維持、介護予防にうってつけ！
活動に対して報酬あり！



健康リーダーで、出前体操の指導・介護予防の応援！

あなたの力で地域の皆さんの健康を楽しくサポートしませんか？

全8回 いずれも14時～16時

日程

①8/22 ②8/27 ③9/2 ④9/10
⑤9/17 ⑥9/24 ⑦10/1 ⑧10/8

内容

ストレッチ、体操、筋肉トレーニング、
レクリエーション等

講師

(株)岡山スポーツ会館(OSK)

募集対象

町内在住の18歳以上の方
講座終了後活動可能な方

募集人数

20人

申込方法

福祉介護課窓口で申込書を受取り、
ご記入の上、ご提出ください



0866-82-1026
0572 (有線)

締切 令和6年7月26日

多くの方のお申込みをお待ちしております！

お問い合わせ 矢掛町福祉介護課 地域包括支援センター