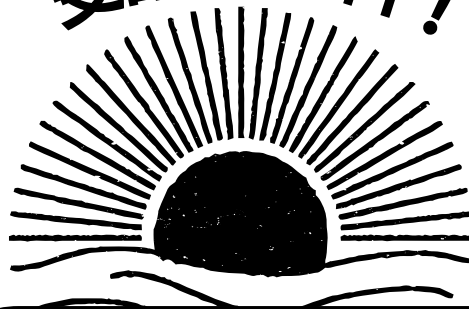


受講費無料！



シニアの健康と
笑顔を支える



定員
先着 15名

申込方法



11月1日(金)～
11月22日(金)の間に
電話、FAXまたは
Eメールで社会福祉課
地域共生係へお申し込
みください。

受講者募集中

フレイルサポーター養成講座

【日 程】

12月4日(水)

13:30～15:30(座学)

12月11日(水)

13:00～16:00(実技)

※2日間の受講が必要です。

【会 場】

保健センター(3階大会議室)

【対 象】

サポーターとして継続的にボラン
ティア活動(平日活動)できる
逗子市民の方

■フレイルサポーターとは？

健康長寿・フレイル予防※に必要な知識や筋力測定などの実技を学び、市が開催するフレイルチェック測定会での測定の実施や、フレイル予防についての普及を行います。

※フレイル予防とは、加齢による心身の働きの低下を予防すること

申込・問合せ：

逗子市社会福祉課地域共生係

電話：046-873-1111(内線213) FAX：046-873-4520

Eメール：houkatsu@city.zushi.lg.jp

