

百歳体操を支援しませんか？

介護予防サポーター養成講座を開催します！

地域で高齢者が仲間と一緒にやる「いきいき百歳体操」の活動を支援する、介護予防サポーター養成講座を開催します。

- ▶定員／20人(先着順)
- ▶持ち物／筆記用具、タオル、飲み物、体操のできる服装
- ▶内容／理学療法士による運動指導と介護予防に関する講義等
- ▶費用／無料
- ▶その他／サポーターとして活動するには、6回以上の参加が必要です。
- ▶申し込み・問い合わせ／4月24日(金)までに、健康福祉課 ☎581・2121内線123・124 へ。



■日程等

回	期日	内容	時間	場所
1	5/13(水)	開会式、講義、体操	13:30～15:30	研修室・相談室B 役場7階
2	5/20(水)	体力測定、講義、体操	13:30～15:30	
3	5/27(水)	講義、体操	9:30～11:30	
4	6/ 3(水)	講義、体操	13:30～15:30	
5	6/10(水)	講義、体操	13:30～15:30	
6	6/17(水)	講義、体操	13:30～15:30	
7	6/24(水)	体力測定、体操	13:30～15:30	集会室 中央公民館
8	7/ 1(水)	講義、修了式	9:30～11:30	

笑顔でいきいき健康長寿のまち よりいを目指して

寄居町健康づくりサポーターバンクを開設します！

第6次寄居町総合振興計画の基本目標にもなっている「笑顔でいきいき健康長寿のまち よりい」を実現させるためには、町民の皆さん一人一人の主体的かつ積極的な健康づくりの推進と、行政と地域全体でそれを支援することが重要です。町では「健康長寿のまち よりい」の実現に向けて「健康づくりサポーターバンク」を開設します。

☎健康福祉課 ☎581・2121内線123・124

健康づくりサポーターバンクとは？

健康づくり活動を行いたい地域の皆さんと、「介護予防サポーター」「ふるさと健康体操サポーター」の皆さんを結び、活動の場をさらに広げるシステムです。地域からの利用申込に基づき、バンクにご登録いただいたサポーターの方をその地域へ紹介して、皆さんが活動できるよう支援します。

「健康づくり応援隊」誕生！

「いきいき百歳体操」の活動を支援している「介護予防サポーター」、「ふるさと健康体操サポーター」の皆さんを、4月から「健康づくり応援隊」として、各地域での健康づくり活動へ参加していただきます。



合同開講式・文化講演会を開催します！

中央公民館・地域公民館の令和2年度講座講師と受講生が一堂に会する合同開講式と、文化講演会を開催します。文化講演会の講師は、TV・ラジオ等さまざまなジャンルで活躍している落語家の林家たい平さんです。また、とことん学び塾の開塾式も併せて行います。

- ▶日時／5月16日(土)午後1時30分～
- ▶場所／中央公民館ホール
- ▶定員／570人(入場整理券が必要です)
- ▶費用／無料
- ▶講師／林家たい平さん
- ▶演題／「笑顔のもとに笑顔が集まる」
- ▶申し込み／入場整理券を5月2日(土)から中央公民館で配布します(1人2枚まで)。配布時間は午前9時～午後5時です。入場整理券はなくなり次第、配布終了となります。

※月曜日、祝日は休館日

☎中央公民館 ☎581・2662

講演会の講師は
林家たい平さんです！



地域の仲間

新たに健康づくり活動をしたい。
現在活動中だが、サポーターが不在で困っている。



町

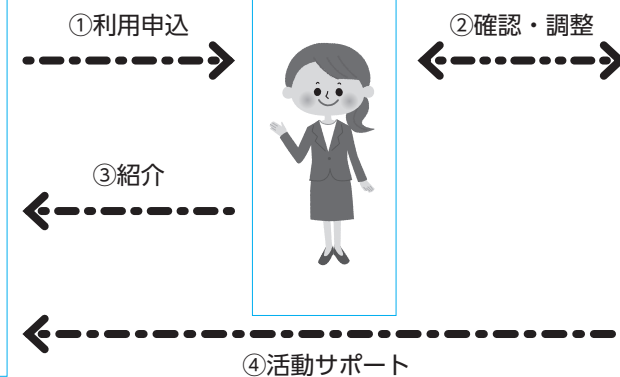


サポーターバンク

せっかくサポーターになったのに、活動の場がない。
ほかの地域でも活動してみたい。



健康づくり応援隊



サポーターバンク
登録者
募集

▶登録対象

介護予防サポーター、ふるさと健康体操サポーターのいずれかに認定されている方

※現在、活動中でないサポーターの方も登録できます。

▶持ち物

本人確認ができるもの(健康保険証・運転免許証等)

▶登録方法

健康福祉課に備え付けてある登録申込書に必要事項をご記入し、同課へ提出してください。申込書は、町公式ホームページからも取得できます。