

# シルバーリハビリ体操 3級指導士養成講習会

令和5年度 秋コース

無料

## 受講生募集!!

開催日(全5日間)

午前10時～午後4時

9 / 7 (木)

9 / 11 (月)

9 / 14 (木)

9 / 21 (木)

9 / 25 (月)

シルバーリハビリ体操  
3級指導士って?

介護予防のためのシルバーリハビリ体操を地域の皆さんに広めていくボランティアの活動家です。

受講対象者

- 5日間の全日程を受講できる方。
- 地域で体操普及のボランティア活動ができる方。

会場

鹿角市交流センター  
(市役所向かい)

申し込みきり

9/4(月)

【申込方法】

下記のいずれかにてお申し込みください。

- ① 申込書を鹿角市あんしん長寿課に提出  
※ 申込書は、あんしん長寿課、各地域包括支援センター、各支所に用意してあります。

- ② Web(QRコードより) →



- ③ 電話

【申込・問い合わせ先】

鹿角市あんしん長寿課 介護予防班  
(福祉保健センター内)

電話：0186 - 30 - 0103

FAX：0186 - 30 - 1257

令和5年度  
シルバーリハビリ体操3級指導士  
養成講習会（秋コース）  
受講申込書

ふりがな	
氏名	
生年月日	( S ・ H ) 年 月 日 (満 歳)
住所	〒 —
電話番号	( 自宅 ) — —
	( 携帯 ) — —

【お問い合わせ・申込書提出先】

鹿角市花輪字下花輪 50 番地（福祉保健センター内）

鹿角市あんしん長寿課介護予防班

電話 0186-30-0103 FAX0186-30-1257