

令和7年度

たてばやし健康づくり応援マイレージ対象事業

介護予防サポーター養成研修 【初級・中級】

介護予防に関する知識や技術を学び、地域活動を支える
サポーターになってみませんか？

地域で一緒に
介護予防！



まずは、
自分の介護予防！

参加費無料

日時

7月2日～7月23日 毎週水曜日 全4回
午前9時30分～11時30分

内容

フレイル予防、認知症予防、栄養や口腔ケア、体操 等

会場

郷谷公民館（当郷町218番地）

対象

市内在住のかた

定員

30名（先着順）※運動のできる服装でお越しください。

持ち物

汗ふきタオル、飲み物、筆記用具

申込

6月6日（金）から介護保険課へ電話
又は申込フォームより予約してください。

申込フォーム



問合せ

介護保険課地域包括ケア係（0276-47-5131）