

## 平成26年度シルバーリハビリ体操指導士 3級養成講習会受講者募集

加齢に伴う運動機能低下防止に効果があり、いつでも、どこでも、ひとりでもできる茨城県知事認定の介護予防体操を地域の方々に指導するボランティア「シルバーリハビリ体操指導士」を養成するため、講習会を開催します。

- 対象者 次の条件をすべて満たす方
  - ①常陸大宮市民であること
  - ②60歳以上であること（50歳以上の方も申し込み可能ですが、申し込み多数の場合は60歳以上の方を優先しますのでご了承ください）
  - ③常勤の職に就いていないこと
  - ④受講後にシルバーリハビリ体操指導士の活動ができること
  - ⑤車の運転ができること
- 期日・場所

	期 日	場 所
第1回	10月10日(金)	茨城県立健康プラザ
第2回	10月17日(金)	総合保健福祉センター(かがやき)
第3回	10月21日(火)	総合保健福祉センター(かがやき)
第4回	10月24日(金)	総合保健福祉センター(かがやき)
第5回	10月28日(火)	総合保健福祉センター(かがやき)
第6回	10月31日(金)	総合保健福祉センター(かがやき)

※第1回～第6回すべて受講して認定となります。  
(参加できない回がある場合は茨城県立健康プラザで補講を受けることができます)

※第1回の会場については水戸市になるため、送迎バス（無料）を準備します。

- 時 間 9:45～15:45  
(1日5時間程度の講習会となります)
- 内 容 筋肉・関節の動きなどの講義やシルバーリハビリ体操の実技
- 募集人数 20名  
※受講決定者へは後日通知します。
- 費 用 無料  
※交通費、昼食代は自己負担となります。
- 申込方法 直接または電話で本庁介護高齢課へお申し込みください。
- 申込期限 9月30日(火)

**申込・問 本庁 介護高齢課介護・高齢者福祉G**  
☎52-1111 内線173

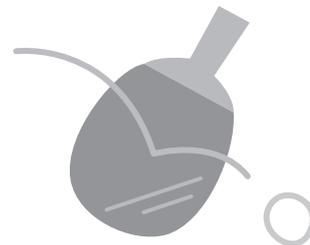
## 卓球教室参加者募集

- 日 時 <全10回>月・火・木曜日開催  
9/30(火)、10/2(木)・13(月)・16(木)・21(火)・23(木)・28(火)・30(木)、11/6(木)・11(火)  
19:00～21:00
- 場 所 西部総合公園体育館メインアリーナ
- 主 催 一般財団法人常陸大宮市体育協会
- 対 象 小学生以上の市内在住・在勤・在学の方
- 参 加 費 1,000円 ※初回教室時徴収  
(保険料、消耗品等)
- 募集人数 50名程度(先着順)
- 指 導 市卓球連盟指導員
- 持 ち 物 ラケット、体育館シューズ、飲み物、タオル等
- 申込期限 9月19日(金) 17:00
- 申込方法 申込書に必要事項を記入し、直接またはFAXでお申し込みください。

**申込** 一般財団法人常陸大宮市体育協会事務局  
(西部総合公園体育館内)

☎52-5223 FAX52-5224

**問** 市卓球連盟会長 寺門 信義 ☎53-4828



.....き り と り.....

### 卓球教室参加申込書

ふりがな 氏 名	住 所 電話番号	年 齢	経 験 年 数	性 別
			年 無	
			年 無	
			年 無	

※本申込書の個人情報については、目的以外は一切使用しません。