

千歳市介護予防センター主催 介護予防教室 すこやかボランティア 募集

介護予防教室とは？

概ね65歳以上の方を対象に、『いきいき百歳体操』などの運動、健康なからだや生活を維持するために役立ててもらいたい情報を紹介する教室です。会場の設営・片付けなどにご協力いただけるボランティアを募集します。教室実施中は、教室参加者と一緒に体操に参加することができるため、ボランティアさん自身の健康づくり・介護予防にもつながります。

主な 活動内容	<input type="checkbox"/> 会場設営・片付け 椅子の設置・消毒、モップかけなど		
	<input type="checkbox"/> 資料等の配布 <input type="checkbox"/> 教室参加者の受付作業 参加者名簿の丸付け、会場案内、検温など		
活動頻度	月1回 ※日程は下記参照	活動時間	9:10～11:30
募集人数	各会場2～3名	きずな ポイント	上記の活動時間の場合 2ポイント発行
会場 ・ 日程	①北桜コミュニティセンター(北斗5丁目6-12) 【日程】 11/16・12/14・1/18・2/15・3/21 ②祝梅コミュニティセンター(弥生2丁目7-10) 【日程】 11/14・12/12・1/16・2/13・3/12 ③おさつタウンセンター(北陽3丁目4-4) 【日程】 11/30・12/21・1/25・2/22・3/28		

受付終了

《申し込み・問い合わせ先》

千歳市介護予防センター TEL 23-0012 FAX 23-0022

※受付時間は平日8:45～17:15となります。