

体操教室・楽しく参加者募集

介護予防ボランティアさんによる簡単な体操や講義を受けてみませんか？
ご自宅から会場までの送迎もご相談に応じます。



問合せ 函南町社会福祉協議会（電話 055-978-9288）

活動日・時間	毎週 木 曜日 13:30～15:00
会場	函南町保健福祉センター 2階 教養娯楽室
対象者・定員	65歳以上の高齢者で介護保険制度による認定を受けていない方 定員 10名 (送迎希望者は 6名まで対応可 、乗降が自立している方)
服装・持ち物	体操ができる服装、室内靴、飲み物、マスク着用
内容	健康チェック、体力年齢の測定、自立体力トレーニングの説明と体験、暮らしに役立つミニ講座 など * 3ヶ月(全12回)のカリキュラムに参加いただき終了となります * 祝日等により回数が少なくなる場合があります
参加費	1回あたり100円(3ヶ月合計1,200円)
申込方法	裏面の申込書 に必要事項を記入の上、来所または電話にてまずは お問合せください * お体の状態等について面談による確認をさせていただきます

活動のひとこま (楽しく活動するのが基本です)



ミニ講座・健康づくり課

(歯科衛生士によるオーラルフレイルについて)



ボランティアさんの合図で
みなさん一緒に体操します！

<会場案内>

住 所 静岡県田方郡函南町平井717-28
函南町保健福祉センター2階 教養娯楽室

電話 055-978-9288 / FAX 055-979-5212

E-mail chiiki-info@kannami-syakyo.jp

体操に行きたいけど、家からバス等、公共機関もなく、車もなく、会場までいけないよ～という方は送迎サポートをご案内できます。



運転ボランティア

* 運転手を担って下さる方と、サポートをしてくれる添乗員を担う方とペアで活動されています。

新型コロナウイルス感染対策もきっちりと！

送迎は運転ボランティアの皆さんが協力しています！



キリトリ

体操教室・楽しく 参加申込書

ふりがな		生年月日 (年齢)	年	月	日生 (満 歳)
氏名					
住所	函南町	電話番号			
介護保険制度による認定 (○でかこむ)		受けていない ・ 受けている ()			
参加希望 クール (全てに○)	① 4月～6月に参加可能 ② 7月～9月に参加可能 ③ 10月～12月に参加可能 ④ 1月～3月に参加可能	送迎の 希望	なし ・ あり (希望者は、車の乗降が自立の方のみ) 送迎希望の理由：		