

シニア元気づくり サポーター養成講座 受講者募集

地域の高齢者の健康を支える「シニア元気づくりサポーター」として一緒に活躍してみませんか。

▼シニア元気づくりサポーター養成講座とは

高齢者のフレイル予防や介護予防を地域に広げていくために、運動や健康に関する正しい知識や技術に加え、地域づくりの視点などを複合的に学ぶ講座です。受講後は、10月から始まる「シニア元気づくり体操教室」のサポーターとなって体操指導や運営等の役割を担うボランティアとして活躍していただきます。

▼対象 町内在住・在勤の方
▼定員 10名

回	日にち	1講目	2講目
①	7月1日(水)	サポーターの役割	交流会
②	7月15日(水)	筋力・体力づくりのための運動プログラム	講師によるデモンストレーション、解説
③	7月29日(水)	認知症・転倒予防のためのプログラム	講師によるデモンストレーション、解説
④	8月5日(水)	準備体操・整理体操	講師によるデモンストレーション、解説
⑤	8月19日(水)	プログラム作成	プログラム作成・練習
⑥	8月26日(水)	サポーターとしての視点・役割	グループワーク
⑦	9月2日(水)	運動教室デモンストレーション	グループワーク
⑧	9月16日(水)	デモンストレーションの振り返り	運動教室のデモンストレーション
⑨	9月30日(水)	フォローアップ・交流会	グループワーク、まとめ

※内容や日程は都合により変更になる場合があります。



日頃運動していない方でも大丈夫！
地域貢献に興味がある方、いつまでもいきいきと過ごしたい方、少しでも気になった方など、まずはお気軽にお問い合わせください。

▼問合せ 地域包括支援センターあおぞら
☎ 28・0932

▼応募方法

6月1日(月)より受付開始です。
地域包括支援センターへ来所又はお電話にてご連絡ください。



▼内容

※原則、すべての回に参加できる方
地域づくりや高齢者の転倒予防、認知機能低下予防等の高齢者の健康づくりに必要な知識についての講義、体操教室の実施に伴う体操の演習等を行います。

▼とき

各回 9時30分～11時30分
※別表参照

▼ところ



夏休みの自由研究はこれで決まり！「エネルギーのひみつ工作教室」

7月20日に「エネルギーのひみつ工作教室」を開催します。エネルギーを創る・ためる・省く仕組みを、工作体験を通じて楽しく学べる内容です。
夏休みの学習機会として、ぜひ活用ください。

▼問合せ 住民課環境保全グループ
☎ 28・0916

▼エネルギーのひみつ工作教室 詳細

とき	7月20日(月・祝) 10:00～11:30頃
ところ	役場3階 会議室3・4
対象	町内に在住の小学生(保護者同伴)
定員	15名 ※先着順
申込	6月8日(月)～26日(金)まで以下のフォームからお申込みいただけます。



救命講習の参加者募集

もしもの時に役立つ応急手当の方法やAEDの取扱いを学ぶ救命講習会を開催します。

▼内容 普通救命講習Ⅰ

▼とき 6月28日(日) 9時～12時

▼ところ 東消防署

▼対象 原則として豊山町に在住・在勤・在学の方(ただし小学4年生以上)

▼締切日 6月12日(金)13時(定員になり次第募集を締め切ります。)

▼参加費 無料

▼詳細 年間スケジュールや駐車場については、下記二次元コードよりご確認ください。

▼申込み・問合せ 西春日井 広域事務組合消防本部消防課
☎ 22・4954(平日9時～17時)



少人数スマホ教室

少人数制で丁寧な学べるスマートフォン教室を開催します。

▼とき 6月17日(水) 10時～11時

▼ところ 総合福祉センターひまわりボランテア室

▼対象 町内在住の65歳以上の方(先着4名)

▼締切日 6月16日(火)(定員になり次第募集を締め切ります。)

▼持ち物 ご自身のスマートフォン

▼申込み 企画課デジタル化推進グループ
☎ 28・0939

☎ 28・0939