

健康づくりサポーター 募集!



自分のため☆地域のために！

一緒に活躍しましょう！！

【 健康づくりサポーターとは 】

誰もが住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らすために、『**自分の健康は自分で守る**』という意識の向上を目指して、介護予防・健康づくり活動を行うグループです。令和8年度から、これまでの介護予防ボランティアと健康づくり普及委員が一緒になり、健康づくりサポーターとして活動していくことになりました。

募集要件

- ・地域の介護予防活動に関心のある方
- ・町内の地域の通いの場で活動できる方

活動内容

町内18か所で開催している『地域の通いの場』で、

- ・タオルを使用した体操や歌謡体操
 - ・レクリエーション
 - ・口腔体操
 - ・筋肉トレーニング
 - ・脳トレ（コグニサイズなど）
- などを行います♪



© 養老ハイジ/二宮町



© 養老ハイジ/二宮町

謝礼

1回 1,500円

応募方法

二宮町高齢介護課へ 電話 または メールで応募ください♪

二宮町高齢介護課高齢福祉班 TEL: 0463-75-9542

メール: hokatsu@town.ninomiya.kanagawa.jp