

# 「いすに座ってできるきくちゃん体操」 リーダー養成研修開催

～ 多くの地域で取り組まれています！

「いすに座ってできるきくちゃん体操」

あなたも学んでみませんか？ ～

2025年には3人1人が65歳以上、5人に1人が75歳以上となる「大介護時代」がやってきます！要介護予防への取り組みは、今後増々必要となり、行政、社協、住民が一体となって、地域全体で取り組むことが重要になります。体力に自信のない人でも安心して楽しくできるきくちゃん体操研修に、ぜひご参加ください。

<研修日時> 第1回：平成27年 7月23日（木）  
第2回：平成27年 8月 6日（木）  
計4回 第3回：平成27年 8月20日（木）  
第4回：平成27年 9月 3日（木）

\*毎回13時30分から15時30分まで

<研修会場> 菊池市福社会館大研修室

<定員> 30名 \*定員なり次第締め切り

<参加対象> 要介護予防に興味・関心を持つ方  
4回ともなるべく参加できる方

<参加費> 無料

<申込期間> 平成27年7月1日（水）から  
平成27年7月22日（水）まで

<申込方法> 菊池市社会福祉協議会にご来館いただくか、  
または電話、FAX、メールにてご氏名、  
ご連絡先を担当者へお伝えください。

<お問い合わせ> 社会福祉法人 菊池市社会福祉協議会  
〒861-1331 菊池市隈府 888 菊池市福社会館内  
電話：25-5000 fax：25-5432  
メール：info@kikuchi-shakyo.or.jp

<その他> 3回以上受講した方には修了証明書を発行します

