募集中！ やまがサポーター大募集！

やってみよう！

サポーターとして活躍していただける方を募集しています。地域のため、人のためになることはもちろん、自分の健康や介護予防にも役立つ講座になっています。

「やまがサポーター」として登録した後も、年に１回、フォローアップ講座という勉強会があり、新しい情報や、知識の向上につなげています。

≪講座の目的≫

① ご自身の健康づくり及び介護予防を始める「きっかけ」や継続への「励み」として利用していただくことにより、健康長寿の更なる促進につなげること。
② ご自身の豊かな経験と知識、技能を生かしたボランティア活動を通して地域貢献や社会参加をすることで、より元気になっていただくこと。
③ サポーターの活動により、山鹿市全体がいきいきとした地域社会となることを目指すこと。

講座の内容	
講座 ①	介護予防とその取り組みについて
講座 ②	介護予防の基礎知識･認知症について
講座 ③	介護予防拠点での活動について
講座 ④	生活支援･介護予防サポーターの活動について

※ １日(３時間)×４日間の講座です。内容、実施場所は変更する場合があります。
※ 希望される方は、その他の実地研修（はつらつ学校・介護予防教室）にも参加できます。

≪対 象 者≫ 山鹿市内にお住まいの方で健康状態が良好な人
≪開催時間≫ 午後から３時間
≪受 講 料≫ 無 料

＊ 令和６年度 サポーター養成講座 日程表 ＊

実施月	講座 ①	講座 ②	講座 ③	講座 ④	開催場所
5月	1（水）	8（水）	15（水）	22（水）	山鹿地区
7月	3（水）	10（水）	17（水）	24（水）	鹿北地区
9月	4（水）	11（水）	18（水）	25（水）	菊鹿地区
11月	6（水）	13（水）	20（水）	27（水）	鹿央地区
R7.1月	8（水）	15（水）	22（水）	29（水）	山鹿地区
3月	5（水）	12（水）	19（水）	26（水）	鹿本地区

４回コースで実施します。講座①から④までの受講が終了したら、やまがサポーターとしてご活躍いただけます。

※ 受講される月で参加出来ない日がある場合は、翌月の受講もできますのでご相談ください。

◎ お申込み・お問い合わせ
やまが元気倶楽部 ☎ 36-9238 担当：伊東
やまが生活支援サポートセンター ☎ 43-6565 担当：船津