

## ⑦ シルバーリハビリ体操指導士 3 級養成講習会を開催します

県では高齢者の介護予防のため「シルバーリハビリ体操」の普及を進めています。この体操を普及するボランティア「シルバーリハビリ体操指導士」の養成を行います。

コース	開催日時（各コース 5 日間）	
199	4月9日（木）、13日（月）、16日（木）、20日（月）、23日（木）	午前9時30分 ～午後3時45分
200	5月12日（火）、15日（金）、19日（火）、22日（金）、26日（火）	
201	6月4日（木）、8日（月）、11日（木）、15日（月）、18日（木）	
202	6月9日（火）、12日（金）、16日（火）、19日（金）、23日（金）	

場所 茨城県立健康プラザ（水戸市笠原町 993-2）

対象 茨城県民、おおむね 50 歳以上で常勤の職についていない、地域のボランティア活動ができる、これらすべてにあてはまる方

受講料 無料

申込方法 往復はがきでご応募ください。

返信はがき表面に郵便番号、住所、氏名、往信はがき裏面に住所、郵便番号、氏名・ふりがな、性別、生年月日（4月1日時点の年齢）、電話番号、受講できるコース名（可能なコースをすべて）をご記入ください。

申込期限 各コースとも初日の 10 日前まで

申・問 茨城県立健康プラザ 介護予防推進部 TEL 029-243-4217

## ⑧ 出会いパーティー

日時 4月12日（日）午後1時30分～4時 受付：午後1時～

場所 境町ふれあいの里（猿島郡境町栗山 815）

対象 30～40 歳代の独身の方

※応募者多数の場合は調整させていただきます。

参加費 男性：3,000 円 女性：1,000 円（当日会場でお支払いください。前日・当日・無断キャンセルは、キャンセル料 1,000 円が発生します。）

申込方法 ホームページよりお申し込みください。

申込期限 4月9日（木）

※当日会場受け付けの際、身分証（運転免許証など）の提示をお願いします。

申・問 NPO 法人ベル・サポート境 TEL 0280-87-7085 HP <http://www.bell-support.net>