

参加者募集中！

教えたことがない方でも大丈夫！

のみ活メイト養成講座

理学療法士や歯科衛生士から専門知識を学び、ご自身やご家族・地域住民の介護予防に役立つ人材を育成する講座です。

Q. のみ活とは？



A. 高齢者がいつまでも元気に過ごせるよう、地域で開催している活動『のみ活倶楽部』の通称。内容は主に体操や脳トレなどを1時間行います。平日の日中開催。（時間は町会ごとで違います。）

Q. 指導員になるとどうなるの？



A. 『のみ活』で指導員として活動できるのはもちろん、フレイル予防・介護予防・認知症予防の知識や技能が身に付くのでご自身や周囲の方の介護予防にも役立ちます。一緒に元気な地域づくりを推進しましょう。

- 日 程 ■ 2月6日、13日、20日、27日（木）、3月7日（金）【全5回】
- 時 間 ■ いずれも、13時30分～15時30分
- 場 所 ■ 辰口福祉会館
- 対 象 者 ■ 能美市在住で、修了後「のみ活メイト」として体操指導できる人（謝礼あり）
- 内 容 ■ 認知症の基礎知識、運動と脳トレ、口腔ケアなど
- 申込方法 ■ メール ▶ public-co@city.nomi.ishikawa.jp
FAX ▶ 0761-52-8012
電話 ▶ 0761-52-8032
※申込必要事項（氏名・住所・連絡先電話）
- 申込締切 ■ 令和7年1月31日（金）
- 申込・問合せ ■ （公財）能美市ふるさと振興公社 健康づくり推進室
電話 0761-52-8032 担当：西田

参加
無料
です

