

なかまと歩む健康づくり

ふまねっとサポーター養成講習会

【日時】平成27年2月6日（金）10時～16時

【場所】藤枝市民会館2階会議室（藤枝市岡出山1丁目11-1）

【対象】地域住民、一般高齢者、生きがいデイサービス職員 等

【定員】40名 ＊定員に達し次第受付を終了いたします。

【講師】薬師寺 清幸 氏 一般財団法人長寿社会開発センター 企画振興部長

【受講・登録料】5,000円

NPO法人地域健康づくり支援会ワンツースリーが所管する
「ふまねっとサポーター」の資格取得に要する費用です。

【持ち物】筆記用具、飲み物、汗ふきタオル 等

昼食は各自でご用意ください。（会場内での飲食は可能）

【注意事項】動きやすい服装でお越しください。

【内容】ふまねっとサポーターの養成（ふまねっと運動の指導方法を学びます。）

【申し込み方法】（公財）しずおか健康長寿財団に電話又はFAXでお申し込みください。詳しいご案内書をお送りします。

【主催・申込先】（公財）しずおか健康長寿財団 健康増進生きがい推進課
TEL:054-253-4221 Fax:054-253-4222

【協力】ふまねっと藤枝

「ふまねっと」とは
ゆっくりと網を踏まないように歩く、からだ
に優しい運動です。

北海道教育大学教授北澤一利先生が考案した
運動学習プログラムです。楽しみながら行う
ことができ、「歩行機能の改善」や「認知機能
の低下予防」が期待できます。



ふまねっとサポーター養成講習会 参加申込書

公益財団法人しずおか健康長寿財団
健康増進生きがい推進課 行

FAX 054-253-4222

ふりがな お名前	
ご住所	〒
電話番号	

【お知らせ】

お申し込みありがとうございます。

FAX が財団に到着しましたら詳しいご案内書をお送りします。

なお、定員に達したときは受付できませんので、予めご承知おきください。