ハッピーシニア（ダブル）W講座

1度に2つをW受講　＋　10筋トレーニング体験

2月5日（土）　布田南部自治会館2階（布田4-32）

13：30～　15：40　（開場13：15）

定員　約20名程度（布田小学区域内居住者なら誰でも参加可能）

ワクチン接種済の方もマスク着用をお願いします

① 高齢者見守りサポーター「みまもりさん」　養成講座　30分

近くで暮らす高齢者の様子が少し心配だと感じたりするときの

身近な相談ネットワークの拡充を目指します

参加者全員にキーホルダーを贈呈します

② 認知症サポーター　養成講座　60分

認知症について正しい知識や理解を深め、認知症の人やその家族を見守る

応援者を地域で養成します

＋10の筋力トレーニング 体験　30分

≪フレイル予防に効果抜群≫

布田小地区ハッピータウン協議会 / 地域包括支援センターときわぎ国領 / 調布市社会福祉協議会

070-5071-1840（依田）　050-5540-0860（小嶋）　042-481-7693（中村・北島）