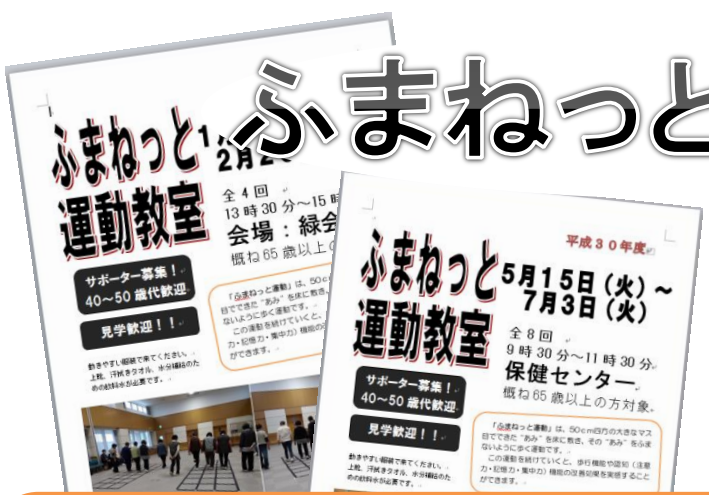


# ふまねっととサポーターに

# なりませんか



ふまねっと運動は、講習を一度受けるだけで特別な能力や自信が無くても誰でも簡単に健康教室を開く事ができる「住民主催型」の健康教室です。ふまねっと運動教室を進行するサポーターとなって地域活動やお隣同士の交流に貢献してみませんか。

## ふまねっとサポーターとは

- あらかじめ用意された台本を読みながらふまねっと教室の進行をします
- ふまねっとに取り組む参加者の方をサポートします
- ふまねっと教室に出席した参加者の安全を確保しながら教室を楽しく盛り上げます
- 「ふまねっとを体験してみたい」という地域住民の要望に応じて町内各所で教室を開きます
- 運動が苦手でも大丈夫！必要なふまねっとの基礎知識とちょっとしたコツを一度の講習で習得すると誰でもサポーターになることができます

こんな方を募集しています！

- 地域で活動することに興味のある方
- 健康維持・介護予防として活動してみたい方

## ～受講料と登録料について～

- 受講料の¥4,000 と初回サポーター登録料の¥3,000 は社会福祉協議会で負担します。
- 受講の翌年度から発生する年会費¥2,000 のみ各自での負担となります。

お問い合わせ・申込書取扱い

清里町地域包括支援センター  
清里町社会福祉協議会

☎25-2943 (直通)  
☎22-4840