

筋肉・関節・神経など、体の動きや身体の特徴について学べる！

四日市リハビリ体操スクール

受講
無料

肩こりや腰・膝の痛み予防など、目的に応じた92種類の体操が身に付く！



日程

令和6年 10/25、11/1、8、15、22、29 いずれも **金曜日**
10:00 - 16:00 6日間の6回シリーズ ※初回のみ 9:30-16:00

会場

四日市地域総合会館あさけプラザ 第4・5展示会議室
(四日市市下之宮町1丁目296-1)

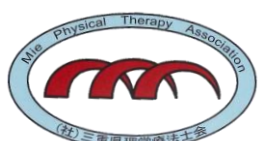
対象

市内でサロンなど、介護予防に関する取り組み(運動以外でも可)を行っている
団体の従事者または参加者で、原則6回とも参加できる人
※有資格者で現在職務に従事している人は除く

定員 20名

講師

「運動・動作」の専門家
一般社団法人 三重県理学療法士会
理学療法士
(リハビリテーション専門職)



お申込みは、
裏面の申込書を確認後、
電話・郵送・FAX・
ホームページ・右記より

申込
フォーム



申込締切日: 令和6年10月16日(必着)

令和6年度 四日市リハビリ体操スクール参加申込書

※ 以下を担当へお伝えいただくか、
記入後、郵送またはFAXでお申し込みください。

高齢福祉課 中・森本 行

所属団体	● 当てはまる所属に全て <input type="checkbox"/> を付けてください。		
	<input type="checkbox"/> 住民主体通所型サービス(サービスB)実施団体 (団体名)		
	<input type="checkbox"/> 四日市市ヘルスリーダーの会		
	<input type="checkbox"/> ステキ健康サポーターの会		
	<input type="checkbox"/> 四日市いきいき百歳体操実施団体 (団体名)		
<input type="checkbox"/> その他 ※団体名と実施内容(例:グランドゴルフ、趣味活動 等)を記載ください。 (団体名) (実施内容)			
(ふりがな) 氏名		年齢	歳
住所	〒		
連絡先 (電話番号)			

申込締切日: 令和6年10月16日(水)必着

※ 応募多数の場合は申込締切後に抽選を行い、結果は担当者から全員にお知らせします。