

ミドルシニア対象

「高齢者の孤独・孤立防止のための取組」

健康生きがいインストラクター 養成講座 2024

みんなと一緒に健康生きがいづくりにチャレンジ!
あなたもインストラクターになって、幸せづくりを楽しみませんか



〔3回シリーズ講座〕

1回目 9.14(土) 13:30-16:30

2回目 10.12(土) 13:30-16:30

3回目 11.9(土) 13:30-16:30



NPO法人キャリアネットワーク北陸は、ミドルシニア世代のネクストステージを応援する「人」と「学び」のネットワークです。富山社会人大楽塾との協働で、「健康生きがいインストラクター養成講座 2024」を開催します。

ご存じのとおり、2025年問題は目の前です。待たなしの高齢者問題、まだ他人事のように感じてしまいがちですが、今のうちに、フレイル予防や孤独対策、高齢者の生きがい・居場所づくりを学ぶことは、いずれ地域での活動に役立つことは間違いありません。それは、やがて、自分自身の健康・生きがいづくりや居場所づくりにもなります。ぜひご検討くださり、ご参加お待ちしております。

協働：富山社会人大楽塾

協力：NPOありみね NPOこころいふ NPO日本交流分析協会北陸支部 NPOみんなの声

会場

富山県民会館研修室

キャリアネット

受講料

6,000円(会員4,000円)

*3回シリーズ分

講師

富山社会人大楽塾 代表 柳原正年氏

健康生きがいづくりアドバイザー、介護予防健康アドバイザー(フレイル予防エクササイズ指導者)、レクリエーションインストラクター、レクリエーションコーディネーター、福祉レクリエーションワーカー、余暇開発士 他

富山社会人大楽塾 副代表 中山智子氏

健康生きがいづくりアドバイザー、介護予防健康アドバイザー(フレイル予防エクササイズ指導者) 他

南砺市認定フレイルトレーナー(理学療法士) 他

概要

- ①健康生きがい概論
- ②フレイル予防サポート基礎知識と実技
- ③健康啓発エクササイズ実習
- ④居場所づくりコーディネートスキル
- ⑤人生100年時代のウェルビーイング向上

参加申込

メールまたはFAXにて、(1)~(5)の事項をご連絡ください。

メール：info@career-net.org

FAX：0766-91-2870

(1)氏名(フリガナ) (2)〒・住所 (3)メールアドレス

(4)電話番号 (5)職業・所属等(会員の方は(1)のみ)

※右記のQRコードからも、お申込みできます。



NPO法人

キャリアネットワーク北陸

Career Network Hokuriku

WEBサイト <https://@career-net.org>