



静介イメージキャラクター  
かいごッチ

# のび体操体験会



みなさんこんにちは！当初予定していた「介護のポジショニング」は3密対策がむずかしい為、テーマを変えて「のび体操体験会」に変更となりました。外出できず鈍った身体を「のび体操」でシャキッと目覚めさせましょう！

この体操はエロンゲーションバンドを使用した全く新しいトレーニング方法です。体幹と手足を同時にトレーニングすることで柔軟性と体力、バランス能力を高め、健康な身体作りをサポートします。また、医療・介護・介護予防・健康増進分野にて広く活用していただけます。

- ❖ 日時 令和2年9月26日(土)  
13:00 ~ 15:00(受付12:40~)
- ❖ 場所 河津保健福祉センター  
(賀茂郡河津町田中212-2 地図裏面)
- ❖ 講師 勝又大助氏  
【理学療法士 静岡県理学療法士協会 地域包括ケア推進リーダー】
- ❖ 持ち物 室内履き、筆記用具、生涯研修手帳(会員のみ)タオル  
ヨガマットもしくはバスタオル
- ❖ 参加費 会員:無料 / 非会員:500円
- ❖ 締切 9月18日



📍動きやすい服装でお越しください

## 申込方法

下段の参加申込書にご記入の上、FAX又は郵送願います。(FAX送信後、確認の電話をお願いします)HPからのお申込みも可能です。申込み後の案内は致しませんので、当日時間までに会場へお越しください。申込みを取り消す場合は必ず事務局担当まで連絡願います。

## お問合せ

一般社団法人静岡県介護福祉士会事務局  
〒420-0856静岡市葵区駿府町1-70 シズウェル4階  
TEL 054-253-0818 事務局担当:平野幸子  
<http://shizukai.jp> ブロック研修担当:吉田・倉島



FAX 054-253-0829 下田・賀茂ブロック研修 参加申込書 (9/26)

ふりがな		ブロック研修 500円チケットを <input type="checkbox"/> 使用する <input type="checkbox"/> 使用しない
氏名		
屋間連絡のとれる 電話番号		
介護福祉士会区分	会 員 (220- ) ・ 非会員	

※ご提出いただいた個人情報は、研修の連絡、名簿作成以外には使用しません。

【 周辺地図 】

河津保健福祉センター

所在地 賀茂郡河津町田中212-2

TEL 0558-34-1938

