



出張脳いきいき講座

～スタッフを派遣します!～

市内の高齢者を中心とする団体等が自主的に企画する集会や教室にスタッフを派遣し、市民の皆さまの健康づくりを応援します。みんなで大笑いするゲームを楽しみ、脳をいきいきとさせましょう。

- 内 容:脳を活性化させる脳いきいきゲームの実施
- 対 象:市内在住の主に65歳以上の方10名程度で構成する団体等
- 利 用 料:無料
- 講座時間:1時間程度
- 利用回数:年2回まで
- 指 導 者:いかるひまわりの会
- 注意事項:
 - ・椅子に座って活動ができる会場を依頼団体が用意する。
 - ・健康管理は参加者自身で責任を持って行う。
 - ・指導者の指示に従い、安全に行う。
 - ・運動制限があるなど、講座に適さない方は参加できない。
- 利用方法:裏面の申請書を利用日1か月前までに保健推進課にご提出下さい。



からだを使ってリズムに合わせたり、
チーム対抗のシーツ玉入れなど・・・
たくさんのゲームをご用意しています。
元気いっぱいのスタッフと一緒に、
楽しい時間を過ごしましょう!!



めざそう 健康長寿!!
<申し込み・問い合わせ>
綾部市保健推進課
綾部市青野町東馬場下15番地の6(綾部市保健福祉センター内)
電話 42-0111 FAX 42-5488

綾部市出張脳いきいき講座申請書

綾部市長 様

団体名

代表者住所

代表者氏名

利 用 日 時	年 月 日 () 時 分から
	年 月 日 () 時 分から
会 場	
団 体 (教 室) 名	
団体の主な取組内容	
参 加 予 定 人 数	

上記のとおり申請します。

年 月 日

申請者住所

氏名

電話