



介護予防センターは札幌市委託事業

2期生大募集
ほめて、励まして、地域を
元気に！あなたも人を元気に
する達人になりませんか？



参加
無料

お元気サポーター養成講座

身近な場所で「楽しい介護予防」や「人と人がつながる地域」をサポートできる
「白石区お元気サポーターズ」(サポズ)を育てます。
ほめるのが好き、人と話すのが好きな方、大歓迎！一緒に地域に明るい気持ちを広げましょう。

開講日

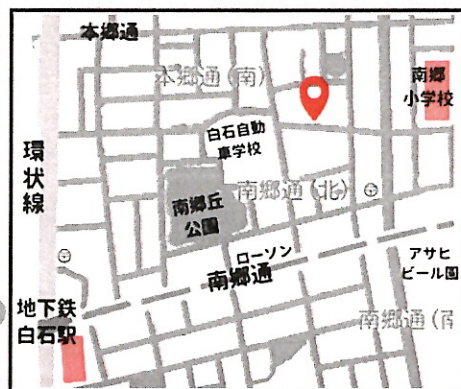
時間

11/7・21(2日間)

13:30～15:30

場所

コミュニティホーム白石
(白石区本郷通3丁目南1-35)



お申込みお待ちしております！

学び

1 講話：
ほめ上手、励まし
上手になるコツ

学び

2 体験：
体を楽しく
動かす運動

3

交流：
お元気マップや
地域の情報交換

お問い合わせ
お申し込み

011-876-8965

介護予防センター本通
のぐち・やまもと