

令和元年度 第2コース  
受講者募集

# シニアリーダー養成講座

～地域を元気にする介護予防指導者(ボランティア)を養成します～

- 指導に必要な介護予防についての知識、技術が学べます！
- 受講後は、地域の高齢者へ介護予防体操を指導及びサポートしていただきます！
- 全日程を修了した方にはシニアリーダー修了証が交付されます！

**【対象】** 千葉市に住所を有する方で介護保険認定(要支援、要介護)を受けていない方  
※原則、全12回の講座全てに参加頂ける方が対象となります。

**【講座内容】**  
座学1時間+実技1時間(2時間/回)の全12回コース

**【参加費】** 無料

**【事前説明会】** ※説明会に参加しなくても講座には申し込みます。



現在、シニアリーダーの登録が約800名  
シニアリーダーが運営する体操教室は約190箇所

**日時:** 令和元年11月15日(金)10:00～11:00

参加費: 無料 事前申し込み: 不要

場所: 千葉市中央コミュニティセンター 6階 ホール  
※駐車場について 中央コミュニティセンター駐車場は有料です。  
市役所駐車場をご利用ください。

＜アクセス＞

千葉市中央区千葉港2-1  
市役所前(モノレール)駅 出口2から徒歩約1分  
千葉みなと(JR)駅 出口1から徒歩約8分

**【会場】** (各区定員20名)

	会場名・所在地	開催日時 (全12回)
中央区	中央コミュニティセンター 千葉港2-1	12/4～2/26 毎週水曜 10:00～12:00
美浜区	美浜保健福祉センター 真砂5-15-2	12/4～2/26 毎週水曜 14:00～16:00
緑区	鎌取コミュニティセンター おゆみ野3-15-2	12/5～2/27 毎週木曜 10:00～12:00
稲毛区	稲毛保健福祉センター 穴川4-12-4	12/5～2/27 毎週木曜 14:00～16:00
花見川区	花見川保健福祉センター 瑞穂1-1	12/6～2/28 毎週金曜 10:00～12:00
若葉区	若葉保健福祉センター 貝塚2-19-1	12/6～2/28 毎週金曜 14:00～16:00



シニアリーダーについての詳細は  
市ホームページをご確認下さい

シニアリーダー養成講座



**【お申し込み方法】**

11月1日(金)から受付開始。  
11月15日(金)までに通常はがき(1人1通1会場)に必要な事項を記載の上、  
必着。市ホームページから電子申請も可。  
応募多数の場合は、抽選。結果は11月22日(金)に発送いたします。  
定員に達しない場合は12月3日(火)まで受付可能といたします。  
※必要事項(氏名<フリガナ>、年齢、〒住所、電話番号、参加希望会場)  
を明記し、下記に郵送。  
〒260-8722 千葉市中央区千葉港1番1号 地域包括ケア推進課

**【お問い合わせ】**  
千葉市地域包括ケア推進課  
043-245-5168  
シニアリーダー事務局  
043-300-3356