

# 高齢者活躍人材確保育成事業

参加者募集のお知らせ  
シニア世代の健康応援セミナー

参加費  
無料

「フレイルってなに？」

## フレイル予防を知って健康づくり

1月22日 水 13:00~15:30  
(受付 12:40~)

日時

会場

駒ヶ根伊南シルバー人材センター 裏面地図参照

内容

ピンピンコロリ  
「PPKのコツ教えます。いきいき生きて、いく」

講師

・家庭医療専門医・在宅専門医 奥 知久先生  
・駒ヶ根市理学療法士 小池 達也 氏

対象

60歳以上のシルバー人材センターに興味をお持ちの方

参加費

無料

持ち物

筆記用具、タオル、飲料水、運動のできる服装 健康体操あります

申込み

受講希望の方は、下記の申込先で「受講申込書」に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。

(公社)駒ヶ根伊南シルバー人材センター ☎0265-83-8184  
ハローワーク伊那 ☎0265-73-8609  
駒ヶ根市地域職業相談室 ☎0265-81-7177

申込期間

12月9日(月)~1月10日(金)

お問い合わせ

(公社)駒ヶ根伊南シルバー人材センター ☎0265-83-8184  
(公社)長野県シルバー人材センター連合会 ☎026-237-4680

協力

公益財団法人長野県長寿社会開発センター  
ハローワーク伊那  
駒ヶ根市地域職業相談室  
公益社団法人駒ヶ根伊南シルバー人材センター

明るく陽気に  
いきましょう

公益社団法人長野県シルバー人材センター連合会

〒380-0841 長野市大門町51-1 柏与ビル3階  
TEL(026)237-4680 FAX(026)237-5665

長野県シルバー  
人材センター連合会  
シルバー大使  
びろき





## シルバー人材センターとは？

- シルバー人材センターは、「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づき、原則として区市町村ごとに設置されています。企業や家庭、公共団体などから高齢者にふさわしい仕事を引き受け、会員の皆さんに提供しています。
- 会員は自分に合った仕事で働くほか、サークル活動や地域貢献などを通して健康の維持や生きがいをづくりもしています。

## 会員になるには・・

- 原則 60 歳以上で、健康で働く意欲のある方で会員登録の申し込み手続きをしていただくことが必要です。

## あなたもシルバー人材センターのお仲間になりませんか。

- 長野県シルバー人材センター連合会では、シニア世代向けのセミナー、就業体験、技能講習を実施しています。今回のセミナーをきっかけに、シルバー人材センターへの入会をご検討してはいかがでしょうか。

詳しく  
知りたい方は

ホームページ <http://www.naganoren-sjc.com/>

長野県シルバー人材センター連合会

検索

## 駒ヶ根伊南シルバー人材センターのご案内

### 所在地

駒ヶ根市梨の木2番22号



シルバー人材センターに興味のある方はお気軽にご連絡ください。

公益社団法人 駒ヶ根伊南シルバー人材センター

☎ 0265-83-8184



## 令和元年度 高齢者活躍人材確保育成事業

## 健康応援セミナー申込書（フレイル予防を知って健康づくり）

(公社) 長野県シルバー人材センター連合会長 様

フリガナ		性別	受付印
氏名		男・女	※
生年月日	昭和 年 月 日生	年齢 歳	
住所	(〒 - )		
連絡先	自宅	携帯電話	

必ずご記入ください(該当する項目にチェック☑を入れてください)

本セミナーについて どこで知りましたか (☑をお入れください (複数可))	<input type="checkbox"/> シルバー人材センター <input type="checkbox"/> 新聞広告 <input type="checkbox"/> 市町村広報 <input type="checkbox"/> その他 ( )	<input type="checkbox"/> ハローワーク <input type="checkbox"/> テレビ・ラジオ <input type="checkbox"/> 連合会ホームページ	<input type="checkbox"/> 募集チラシ <input type="checkbox"/> バス広告 <input type="checkbox"/> 知人の紹介
シルバー人材センター の入会について	シルバー人材センターに入会していただけますか <input type="checkbox"/> 未会員 <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いずれしたい <input type="checkbox"/> 会員		
免許・資格			
講習会場までの 交通手段	自動車・バイク・自転車・徒歩・その他 ( )		
備考	※		

◎※印の欄は記入しないでください。

◎講習修了後、就業支援等のために、ご連絡させていただくことがありますのでご了承ください。

なお、ご記入いただいた個人情報は、高齢者活躍人材確保育成事業の目的以外には使用いたしません。