

# いきいきポイント事業 令和6年度 登録者スキルアップ 研修交流会

**6月5日(水) 13時15分～15時30分**

**会場:活動センター 3F 会議室 2 定員:30名**

**「誰もが、住み慣れた地域でいきいきと暮らすために」**

コロナ感染症の5類移行を受け、ボランティア活動も回復しつつあります。この研修交流会は、いきいきポイント事業登録者の皆さんが、活動を継続していく上で大切な、知識や技術等を学ぶことで、これまで行ってきた活動を振り返るとともに、今後の活動の円滑化や活性化につなげることを目的に開催します。

**「健康な体は食事から  
～かしこく食べて健康寿命を延ばそう！」**

**講師:苫小牧市健康支援課職員**

**「チャレンジ!  
シルバーリハビリ体操」**

**講師:佐藤 勝美 氏**

**「私の介護予防」**

**(グループトーク)**



**申込受付**

**5月7日(火)～ 平日9時～17時**

**問合せ先・申込先**

苫小牧市社会福祉協議会ボランティアセンター <担当:長井・一谷>  
苫小牧市若草町3丁目3-8 市民活動センター2階  
TEL 84-6481 / FAX 34-8141  
E-mail/volucen@tomakomai-shakyo.or.jp