

府中市
介護予防サポーター



元気一番!! ひろめ隊

元気一番!!ひろめ隊とは？

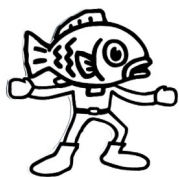
府中市民が、介護予防提供者として参加し、介護予防をささえ介護予防をひろめるボランティア活動です。介護予防推進センターや地域で研修を行い、現在の登録者は約90名。市内で行われている介護予防事業のサポートや、各地で行うお祭りや各種イベントで「元気一番!!ふちゅう体操」をひろめる活動を行います。

ひろめ隊になるまで…

基礎研修



府中市の介護予防の仕組みや活動内容についての研修を受けます。



ひろめたいンジャー

専門研修



ひろめ隊になるために必要な専門研修を受講します。



活動

無理なく、楽しく活動し、介護予防をひろめていきます。

ひろめ隊

体験研修

介護予防推進センターや地域で体験研修を行います。

登録

ひろめ隊として登録をします。

府中市立介護予防推進センターでの活動

ひろめ隊



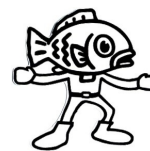
イベント等での活動



元気一番!!ふちゅう体操
イメージキャラクター
ひばピー



ひろめ隊連絡会



センターからのお知らせや
新しいひろめ隊の紹介
講座などを行います。



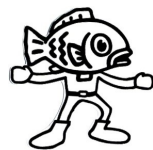
地域での活動

ふちゅう元気アップ体操・地域交流体操での活動の様子



ひろめ隊

市内の
様々な場所で大活躍!!



運動普及員の活動

運動普及員は、研修を受け運動の教示ができるひろめ隊です。府中市内の介護予防教室を修了された自主グループや、介護予防を目的とした市内の65歳以上のグループへの介護予防運動指導、介護予防推進センターや地域の教室・講座で運動指導・サポートなどを行います。



運動普及員



文化交流普及員の活動

地域高齢者の集いの場所（いきぷらカフェ、地域の会場等）で資格、特技を活かしながら教示し、楽しく交流できるサポートを行います。



絵本を楽しもう



あみもの



おりがみ



詩吟



手話



うたをうたおう

事務局の活動

平成30年4月1日よりひろめ隊の事務局の活動が始まりました。ひろめ隊に関する事務の一部を担当し、ひろめ隊活動のサポートを行っています。是非お立ち寄り下さい。

