

受講  
無料

## 第35回

# 健康安全運転講座



## のご案内

三重ダイハツでは、地域の皆様が自由に外出が出来る生活を可能な限りいつまでも続けて頂けるよう「いくつになってもクルマのあるイキイキとした生活ができること」をサポートしたいという思いから、健康安全運転講座を三重ダイハツ販売 伊賀上野店にて開催いたします。

当日は、安心してクルマにお乗り頂くため、日本自動車連盟（JAF）様、理学療法士学会様を専門講師として、＜正しい運転姿勢＞＜運転視野の確認＞＜運転能力の維持・向上に役立つ運動指導＞等の講習・体験を行います。

この機会に是非、ご自身のカラダと運転をチェックしてみたいはいかがでしょうか？

- 開催日時：2024年11月7日(木) 13:00~15:00  
(受付開始 12:30より)
- 場 所：三重ダイハツ販売 伊賀上野店  
(伊賀市印代 335-6)
- 定 員：20名(予約制)
- 内 容：当日は下記3パートを予定しております。

### Aパート

#### JAF 指導による安全 運転講習

正しい運転姿勢や、  
運転席から見える視界  
の解説など。

### Bパート

#### 理学療法士指導に よる簡単な運動指導

運転に必要な筋肉など  
の解説や運動。  
・体力測定

### Cパート

#### スマアシ体験 衝突回避機能の体験

- 当日、簡単な運動指導もございますので、動きやすい服装でのご参加をオススメします。

11月7日(木)開催 健康安全運転講座 参加申込方法

☆お電話にて受付します

・お名前(フルネーム) ・ご年齢 ・ご連絡先(電話番号)

をお伝えください。

申込連絡先 伊賀市社会福祉協議会上野地域センター 猪岡まで(電話:0595-21-1112)