

地域づくりの主役はあなたです！ \ 参加者大募集 /

介護予防サポーター養成講座

御宿町では、運動・栄養・歯科・脳トレーニングなど介護予防を地域に広げる「介護予防サポーター」を養成しています。

いつまでも元気に住み慣れた地域で、自分らしく生活を送るためには介護予防や地域での支え合いなど・・・住民の皆さんのご協力が必要です！

まずは、自分の健康のために参加してみませんか？

🍀 日程・内容

※新型コロナウイルス感染症の状況により日程が変更になる場合があります。



令和5年 1 / 13 (金)	13時30分 ～15時30分	介護保険制度、介護予防、 介護予防サポーターの活動について
1 / 16 (月)	13時30分 ～15時30分	認知症について（対応方法など）
1 / 27 (金)	13時30分 ～16時00分	高齢者の口腔機能・口腔トレーニング（実技） 高齢者の栄養
2 / 3 (金)	13時00分 ～16時00分	運動機能の特徴・運動について（実技） レクリエーション・脳トレーニング（実技）

🍀 対象者

- ・町内に住所を有し、高齢者を対象とした介護予防サポーター（無償）としての介護予防活動に興味のある方。
 - ・自力で各地区の集会所等へ行くことのできる方
- （全日程参加できない、途中参加の場合などお気軽にご相談ください!）

🍀 場 所

役場2階 大会議室
(1 / 27 (金) のみ役場2階中会議室)

🍀 申込み

令和5年1月10日（火）までに
保健福祉課福祉介護班までお申し込みください。

※持ち物等、詳細につきましては、申込者へ個別通知します。

◆問い合わせ・申込み◆

御宿町 保健福祉課 福祉介護班

☎0470 (68) 6716

