

平成30年度 介護予防&地域リーダー養成講座 「若返り、いきいき教室」参加者募集

今年度、地区公民館を活用した、『いきいき、100歳体操』の推進を行っています。今後、実施地区を拡充するには地域の皆様のご協力が必要です。リーダー養成講座に参加することで、『いきいき、100歳体操』のお手伝い、地域にお住まいの方々との交流を図りませんか?? 積極的に参加して下さる方を募集しています。



期 日・場 所	時 間	内 容	講 師
1 10/12 (金) 神埼中央公園体育館	13:30~15:30	地区公民館を活用した介護予防教室について	地域支援係職員
		いきいき100歳体操①	健康運動指導士
2 10/19 (金)	13:30~15:30	介護予防の効果	医師
		いきいき100歳体操②	健康運動指導士
3 11/2 (金)	10:00~12:00	介護予防教室(地区)の見学	介護予防教室(地区)実施地区
4 11/16 (金)	13:30~15:30	口腔ケアと介護予防について	歯科医師
		いきいき100歳体操③	健康運動指導士
5 11/30 (金)	13:30~15:30	介護予防について(口腔・栄養)	歯科衛生士・栄養士
		いきいき100歳体操④	健康運動指導士
6 12/7 (金)	13:30~15:30	認知症予防について	認知症地域支援推進員
		終了後の活動について	地域支援係職員

◎ 内容 10月から12月まで、年6回開催。
食事、口腔、運動、認知等、介護予防について各方面から学びます。

◎対象者 ①65才以上の方
(市内在住) ②その他介護予防に関心のある方

◎申込締切日 9月20日(木) ※定員20名程度(先着順)

◎参加費 無料

◎申込・問い合わせ先

神崎市役所 高齢障がい課

☎ 0952-37-0111(直通) 担当：今村

