

十日町市受託事業

基礎編

みんなで楽しく 介護予防

介護予防ボランティア育成講座のご案内

あなたも「介護予防ボランティア」になってみませんか？

本講座は介護予防活動を実践するために、「栄養」「運動」「口腔ケア」の必要性を学ぶ、これから活動を始めてみたいという方に向けた講座です。

地域のサロンや通いの場で活動してみたいと考えている方は是非ご参加ください。

| | | |
|-----|------------------------|--|
| 第1回 | 9/24(金) 9:30~11:30 | ★介護予防ボランティアとは ★十日町市の高齢者の現状 ★通いの場での感染対策 |
| 第2回 | 10/1(金) 9:30~11:30 | ★介護予防の知識①～フレイル～ ★介護予防の知識②～通いの場で運動～ |
| 第3回 | 10/7(木) 9:30~11:30 | ★介護予防の知識③～栄養編～ ★介護予防の知識④～口腔ケア編～ |
| 第4回 | 10/14(木) 9:30~11:30 | ★介護予防の知識⑤～自宅で運動～ ★介護予防ボランティアが期待されていること |

参加費：無料 定員：30名

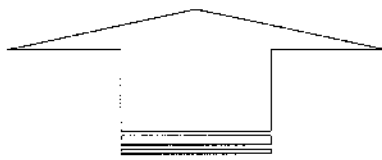
会場：高田町三丁目南442番地
医療福祉総合センター1F講堂

申込・問合せ

十日町市社会福祉協議会
地域福祉課 025-757-3565

※裏面もご覧ください





FAXの方はこちらを送付面にしてそのまま送って下さい。

FAX番号 025-757-3414
十日町市社会福祉協議会地域福祉課行き

介護予防ボランティア育成講座申込書

| 行政区 (町内名) | 氏名 | 連絡先 電話番号 | 所属団体名 |
|--------------|----|-------------|-------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

【参加における注意事項】

持ち物:動きやすい服装にマスク着用、内履き、飲み物、筆記用具

申込み期限:9/16(木)まで

※感染対策に留意して実施します

※講座には全日程ご参加ください

※市内の方であればどなたでも参加できます