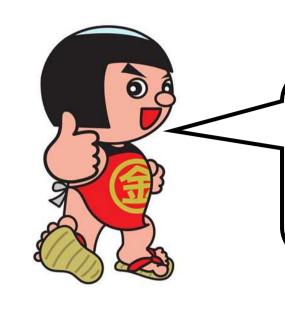
## はつらつ元気サポーター養成・生活支援講座

## ~あなたが活躍できる場所を見つけませんか~



高齢化が進んでいるいまだからこそ、介護予防等の支援に興味がある「あなたの参加」待ってるぜい!

期 間: 令和6年12月~令和7年1月全8回コース(裏面参照)

対 象:・健康づくりや介護予防、介護や福祉の仕事に興味がある方

• 町が実施する教室をサポート(お手伝い)していただける方

内 容 : フレイル予防・安全な介助方法 生活支援 等

会 場: 小山町健康福祉会館 多目的ホール他

参加費:無料

申し込み: 令和6年11月29日(金) までに下記へお申し込みください



## 受講生の声

- ・ 主人の介護がきっかけで参加しました。とても為になりました。
- ・ 学んだことを意識してコミュニケーションを取っていきたいです。
- 色々な方と関わることが楽しみになりました。
- ・ 教室が楽しくて毎週待ち遠しかったです。

<申し込み・問い合わせ>

小山町長寿介護課・地域包括ケア推進班

先着 20名

Tel 76-6669



## はつらつ元気サポーター養成・生活支援講座 日程表



	В	時	会場	内容	スタッフ
1	12月 5日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館 運動指導室	開講式 町の現状とフレイル予防	健康運動指導士 保健師
2	12月 12日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館 運動指導室	介護保険制度・小山町の高齢者サービス 安全な介助方法	包括支援センター理学療法士
3	12月 19日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館多目的ホール	認知症の理解	認知症地域支援推進員
4	12月 26日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館多目的ホール	高齢者の食事と口腔機能	栄養士 歯科衛生士
5	1月 9日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館多目的ホール	シニア向けの体力測定	健康運動指導士 理学療法士
6	1月 16日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館 運動指導室	脳トレ・転倒予防体操	健康運動指導士
7	1月 23日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館多目的ホール	生活支援について	社会福祉士
8	1月 30日 (木)	13:30~15:00	健康福祉会館 運動指導室	閉講式 まとめと今後の活動について	健康運動指導士

<申し込み・問い合わせ>

小山町長寿介護課・地域包括ケア推進班

Tel 76-6669