

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

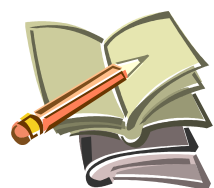
内 容：フレイル予防・安全な介助方法 生活支援 等

会 場：小山町健康福祉会館 多目的ホール他

参加費：無 料

先着 20名

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



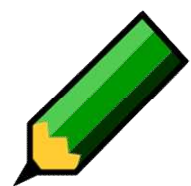
受講生の声

- ・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。
- ・色々な方と関わるの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。

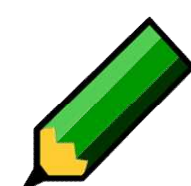
<申し込み・問い合わせ>

小山町長寿介護課・地域包括ケア推進班

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



	日 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