

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8年10月～11月 全6回コース（裏面参照）

対 象：・健康づくりや介護予防に興味がある方
・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

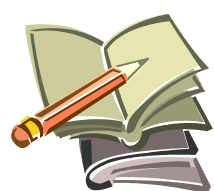
内 容：フレイル予防、安全な介助方法 等

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8年9月30日（水）までに電話で申し込みください。

先着 20名



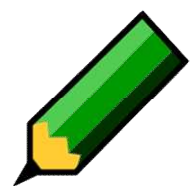
受講生の声

- ・町に色々な介護予防教室があることを知りました。
- ・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。
- ・先生方の話が親切で分かりやすかったです。
- ・教室が楽しくて毎週待ち遠しかったです。

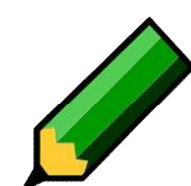
＜申し込み・問い合わせ＞

小山町長寿介護課・長寿介護班

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



会場：小山町健康福社会館 多目的ホール他

	日 時		会場	内 容	スタッフ
1	10月 8日 (木)	13:30~15:30	健康福社会館 多目的ホール	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	10月 15日 (木)	13:30~15:30	健康福社会館 多目的ホール	認知症の理解	認知症地域支援 推進員
3	10月 22日 (木)	13:30~15:30	健康福社会館 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
4	10月 29日 (木)	13:30~15:30	健康福社会館 健康運動室	介護保険制度・小山町の高齢者サービス 高齢者のサポートについて	包括支援センター 理学療法士
5	11月 5日 (木)	13:30~15:30	健康福社会館 多目的ホール	シニア向け体力測定 脳トレ・転倒予防体操	健康運動指導士 理学療法士
6	11月 12日 (木)	13:30~15:30	健康福社会館 多目的ホール	脳トレ・転倒予防体操	健康運動指導士

<申し込み・問い合わせ>

小山町長寿介護課・長寿介護班

Tel 76-6669