



出前講座のご案内



早島町地域包括支援センターでは、住民主体の介護予防活動の支援や安心して生活できる地域づくりのために出前講座を実施しています。高齢者の健康づくりや介護、福祉などテーマに応じて、保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー・理学療法士などの専門職を派遣します。お気軽にご相談ください。

	講座メニュー	内容（例）	講師
1	介護予防 健康づくり	- フレイル予防について - 季節の健康管理について（血圧や熱中症についてなど） - こころと体の健康について など	保健師
2	認知症について	- 症状と接し方 - 認知症サポーター養成講座 - 認知症予防のお話、脳トレ など	認知症地域支援推進員
3	運動や体操指導	- 百歳体操指導 ～ころばん塾グループ指導～ - 転倒予防や腰痛予防の体操 など	理学療法士 健康運動指導士
4	お口について	- お口の老化予防について - オーラルフレイル予防について - お口のケアについて など	歯科衛生士
5	食事や栄養について	- 健康に過ごすための毎日の食事について - 低栄養について など	管理栄養士
6	高齢者の権利擁護	- 成年後見制度について - 虐待防止について など	社会福祉士
7	介護保険制度について	- 介護保険ってどんな保険？ - 在宅医療と介護について など	主任ケアマネジャー 保健師
8	上記以外の内容でご希望がありましたらご相談ください。		

対 象：町内在住の65歳以上の方が5人以上の団体（1団体につき原則 年2回まで）

費 用：無料 ※内容により実費が発生する場合があります。

日 時：平日 8時30分～16時00分 ※役場閉庁時は対応不可

申し込み：① 実施の1～2カ月前までに、**出前講座申請書**を提出してください。

② 講師の調整後、代表者へ連絡します。

※ 直接講師への依頼はしないでください（講師への報酬が出ない可能性があります）



＜お問い合わせ・お申込み＞

早島町地域包括支援センター （早島町役場内）

(TEL) 086-482-2432 (FAX) 086-483-0564