

介護予防サポーター養成研修 初級編

参加者募集のご案内

いくつになっても健康で、いきいきと暮らすためには、元気なうちから介護予防に取り組むことが大切です。今回の「介護予防サポーター養成研修 初級編」では、専門職がわかりやすく介護予防のポイントをお話しします。認知症サポーター養成講座も含まれており、認知症に関する知識や対応の仕方なども学ぶことができます。自分のため、家族のために介護予防について勉強したいという方も大歓迎です。是非、お気軽にご参加ください。

○介護予防サポーターとは・・・いつまでも元気で自分らしい生活ができるように介護予防に取り組み、さらにみなかみ町の高齢者が元気に過ごせるように地域で活動する方たちです。現在は、介護予防教室の運営協力などで活躍していただいています。

○認知症サポーターとは・・・認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の方やその家族に対してできる範囲で手助けする方たちです。



一緒に介護予防活動に
取り組みましょう！

日時 令和4年12月5日（月） 13:00～17:00（12:30～受付開始）
場所 みなかみ町保健福祉センター 2階 会議室
対象者 みなかみ町に住んでいる方

主な内容

◇介護予防総論 ◇運動について ◇お口の健康
◇栄養について ◇認知症について（認知症サポーター養成講座）

持ち物 筆記用具、室内用の運動靴をお持ちください。

服装 動きやすい服装でお越しください。

※「介護予防サポーター養成研修 中級編」は、来年度開催予定です。

参加を希望される方は、みなかみ町社会福祉協議会（☎62-0081）

担当：杉木へ11月30日（水）までにお申し込みください