

“介護予防”出前講座

令和7年度メニュー

1団体につき、“年に2回”
利用可能です
令和7年4月～令和8年3月の期間

★以下のメニューから、ご希望の講座内容を選択してください。

1. 転倒骨折予防について

2. フレイル(虚弱)予防について

3. 栄養について

4. お口の健康について

お口は、全身の健康と密接に関わっています。

5. 認知症予防

認知症は脳の病気です。予防・早期発見・早期治療について学びませんか？

6. 健康チェックリストで生活機能に役立てよう

7. 介護保険制度について

必要になったとき慌てないように、気軽に聞いてみましょう。

8. 在宅ケアについて

最期まで自分らしく暮らせるために、医療・介護の知識を身につけましょう。

9. 感染症に負けない！免疫力UPのセルフケア術

10. 血圧測定、健康相談（※他の内容と併せてご希望ください）

11. その他に介護予防に関する内容 ご相談に応じます。

（実施時間：1回あたり約30分～1時間30分）

対象地域：立待 吉川 豊

（老人会・愛育会など各種団体の取り組みに、ご利用ください。）

申込窓口：鯖江西地域包括支援センター ☎ 53-2776

鯖江市 吉江町31-7-1 （担当 渡邊・森川）

令和7年度

介護予防出前講座 申込書

介護予防出前講座は、老人クラブ等各種団体(サロンを除く)を対象に、介護予防の普及啓発を目的に開催しています。1団体につき、年に2回(4月～翌3月)、利用することができます。ご希望の方は、申込書を下記申込先まで提出くださるか、電話でお申し込みください。なお、講師には謝礼を支払いますので、講師へのお心遣いはご遠慮ください。

申込先: 鯖江西包地域包括支援センター
電 話: 53-2776

団 体 名		〔 老人クラブ ・ 地区行事 ・その他() 〕	
町 名 (地区名)			
代表者名 (打ち合わせ担当者)			
担当者連絡先		自宅: 0778 - -	携帯: - -
参加予定人数		_____ 名	
参加者の年齢層		50代・60代・70代・80代・その他(代)	
会 場		公民館 集落センター	開催する部屋 (イス・たたみ・床)
受講日時	第1希望	令和 年 月 日(曜日) 時間 : ~ :	
	第2希望	令和 年 月 日(曜日) 時間 : ~ :	
希 望 内 容 希望する講座に、 ○をつけてください。 ※ 講座内容の詳細は、 本用紙の裏面をご覧 ください。 なお、講座の内容を 深めるために、講義に 先立ち基本チェックリ ストで、お体や普段の 生活を振り返って頂く ことがあります。		1. 転倒骨折予防について 2. フレイル(虚弱)予防について 3. 栄養について 4. お口の健康について 5. 認知症予防 「認知症は脳の病気です」～予防・早期発見・早期治療～ 6. 健康チェックリストで生活機能の改善に役立てよう 7. 介護保険制度について 8. 在宅ケアについて 9. 感染症に負けない！免疫力UPのセルフケア 10. 血圧測定、健康相談(※ 他の内容と併せて希望してください。) 11. その他()	

※事業所記入欄			
受付日時	受付者	出務者	講師依頼連絡
/	(電話・来所・その他)		/