



令和3年度介護予防サポーター養成研修

介護予防の基礎知識と技術を学ぶ、介護予防サポーター養成研修の参加者を募集します。介護予防サポーターは、地域でいつまでも安心して暮らせる街づくりを目標に、様々な活動をおこなっています。介護予防教室のお手伝いや長寿センターなどで、介護予防体操を伝達する役割とともに、みんなが元気になる、通いの場づくりをサポートします。

- 日時 令和3年9月6日（月）・13日（月）・22日（水）・27日（月）
午後1時30分から午後4時15分
- 会場 美喜仁桐生文化会館 4階 第1会議研修室
- 対象 市内に居住し、介護予防の知識・技術の習得とそれを生かしたボランティア活動に意欲のある方
- 定員 20名（先着）
- 費用 無料
- 内容 1日目：介護予防総論、フレイル、フレイル予防体操
2日目：認知症の理解と予防、元気おりおり体操
3日目：食べることの大切さ（栄養改善）、体力測定 ー実践ー
4日目：オーラルフレイル（お口の健康）、
介護予防サポーターの役割と地域づくりの秘訣
- 申込み 令和3年8月6日（金）から8月27日（金）までに電話または来所にて、桐生市役所健康長寿課（46-1111内線557）へ申込み。
- その他 65歳以上の介護予防サポーターが行う介護予防教室の運営補助などの活動は「桐生市高齢者ボランティアポイント事業」の対象活動です。活動に対し、換金可能なポイントが付与されます。
全日程修了者には、修了証が発行されます。



【問い合わせ】

保健福祉部健康長寿課長寿支援係
担当 奥田
TEL 0277-46-1111（内線557）