

健康づくり・介護予防 出前講座

※ 介護予防や介護保険についてなど地域のご要望に応じた出前講座を開催しています。費用は無料です。

※ 町内会・老人クラブ等の団体からお申し込みをいただき、包括支援センター職員が出向き、講座を開催いたします。

昨年度までに行った講座の一例

- ◆ 体操で元気な体づくり
- ◆ 認知症について
- ◆ 介護予防について
- ◆ お口(くち)の健康を守ろう
- ◆ あなたの権利を守ろう～消費者被害・高齢者虐待・成年後見制度～



認知症サポーター 養成講座



※ 認知症サポーターとは … 認知症を正しく理解し、自分のできる範囲で認知症の方やその家族を地域で見守る「応援者」です。

※ 認知症は誰もがなりうる脳の病気です。

認知症について正しい知識と理解を持ち、少しの気遣いができれば、誰もが認知症とともにより良く暮らしていけることに繋がります。

【実施方法】 参加者 5人以上からの申し込み

【内容】 認知症に関する基礎知識・認知症の方への対応の仕方など

【所要時間】 概ね 90分

【費用】 無料

【お問い合わせ・
講座申込み先】



社会福祉法人 青森市社会福祉協議会
青森市地域包括支援センター浪岡

☎ 0172 - 69 - 1117