

介護予防・ボランティアに興味のある人大募集！

あなたの **チカラ** で 地域を **元気** に

“いつまでも元気で暮らしたい”“介護予防についてもっと知りたい”
“地域のために活動したい”など、興味のあるかたは是非ご参加ください。

1日目

平成30年2月14日(水) 13:30~16:30

○介護予防・ボランティア活動について

坂出市かいご課 地域包括支援センター・坂出市社会福祉協議会

○地域で支える認知症(認知症サポーター養成講座)」

- ・認知症について
- ・認知症を予防する生活習慣<食事・運動(コグニサイズ)>

2日目

平成30年2月15日(木) 13:30~16:00

○グループワーク「自分たちが地域でできること」

○活動している人の体験談

会場

坂出市勤労福祉センター 多目的ホール

介護予防教室の運営の補助、
生活の困り事へのお手伝いなど、
自分にできることを一緒に考えてみませんか？



介護予防教室での活動の様子

受講料
無料

申込締切
1月31日(水)

お問い合わせ
坂出市かいご課
地域包括支援センター
☎44-5091