

～介護予防サポーター養成講座～

深まるサポート



仲間と近くで集まって何かしたいな…
地域で何か役立てることはないかな…
これから元気に過ごしたいけど
何をしたらいいんだろう…

新型コロナウイルス感染症の影響により開催延期となりましたが、日程が決まりました。

●日 程●

| | 日 程 | 内 容(予定) |
|-----|-----------|---------------------------|
| 第1回 | 9月 1日(火) | 地域で健康に過ごしていくためのヒント |
| 第2回 | 9月 7日(月) | 健康づくりのための運動を体験しよう！① |
| 第3回 | 9月15日(火) | 認知症について知ろう！（認知症サポーター養成講座） |
| 第4回 | 9月24日(木) | 低栄養について知ろう！ |
| 第5回 | 9月30日(水) | 健康づくりのための運動を体験しよう！② |
| 第6回 | 10月 6日(火) | お口の健康について知ろう！ |
| 第7回 | 10月13日(火) | ライスパワー体操を体験しよう！ |
| 第8回 | 10月20日(火) | 地域で仲間と集まることについて、修了式 |

*原則、全日程の参加をお願いします

●場 所● 健康福祉センター「デ・アイ」2階多目的ホール

※会場を変更しました

●開催時間● 10時00分～12時00分

●受講料● 無 料

●持ち物● 上靴、筆記用具、マスク、飲み物（必要があれば）

※新型コロナウイルス感染症の影響により、事業が中止になる可能性があります

お問い合せ：深川市役所高齢者支援課介護予防係(担当：末岡) ☎26-2644