

人生 100 年時代を生き抜く知恵を学ぶ場

# 「介護予防教室リーダー」養成講座

## 受講生募集



歳のせいだと思われがちな「認知症」や「フレイル」予防には人生 100 年時代の今だからこそ、元気なうちから取り組んでいくことが大切です。

あらゆる年代のこころのケアに役立つ「みんなの認知症予防ゲーム」を中心に介護予防の知識を身につけ、実践してみませんか？ご自身の長い老後のためにも、楽しく学んで地域に介護予防の輪を広げ、高齢になっても、介護が必要になっても安心して暮らせる地域づくりをめざしましょう！

★受講日：2021 年 12 月 4 日（土）、12 月 5 日（日） 計 2 日間＋実習

（2 日間はいずれも 9 時 30 分から午後 4 時 30 分まで、休憩時間含む）

★内 容：講義・実技・現場実習

★指 導：NPO 法人 健生ネットワーク京都 ・NPO 法人 認知症予防ネット

★場 所：南丹市八木市民センター 2 階研修室（JR 嵯峨野線八木駅から徒歩 5 分）

★受講料：講義＋実習

受講料 8,000 円＋テキスト、資料代 2,000 円

★定 員：10 名程度 《全講座修了の場合「修了証」（民間認定）を交付》

主催：NPO 法人 健生ネットワーク京都（健康生きがいづくりアドバイザー京都協議会）

共催：SKY 生きがいづくり南丹ブロック推進員・NPO 法人 認知症予防ネット

後援：公益財団法人 京都 SKY センター

## 【受講申込書】 11 月 25 日（金）締め切り

下記の表にご記入いただき中島 090-2359-9305・芦田 090-3896-3156 までご連絡ください。

お名前	年齢	ご住所	電話番号
ふりがな		〒	電話 携帯

受講決定後、受講票を送らせていただきます。