



介護予防出前講座 申込書

申込日 令和 年 月 日

団体・自治会名	丹波市 町 【団体名】				
希 望 日	1. 令和 年 月 日 () ※原則：平日の午前・午後 2. 令和 年 月 日 ()				
希 望 時 間	午前・午後 時 分 ～ 約 () 分間 下記③（いき百体験講座）は約 120 分必要				
会 場				参加予定人数	名
会 場 確 認	※該当するところにチェック☑ をしてください □ 板間 □ 畳 □ 座椅子 □ イス				
内 容	希望のテーマに○をつけてください ① () 高齢者の栄養とお口の健康 担当：栄養士、保健師、歯科衛生士等 ② () めざそう元気百歳！足腰の機能を保つために 担当：柔道整復師、運動指導者等 ③ () いきいき百歳体操 体験講座 担当：柔道整復師、運動指導者等 ④ () 人生会議(ACP)を始めてみませんか 担当：地域包括支援センター、高齢者あんしんセンター ⑤ () 「認知症について」「高齢者の権利を守る」「介護保険制度」 「その他：」 担当：地域包括支援センター				
代表者住所・氏名	〒669- 丹波市 町			氏名	(※) ※代表者が手書きしない場合は、 記名押印してください。
連絡先	自宅	—		携帯	— —

*当日出務者名	決 裁	課長	副課長	係長	担当	係 員
			※			

☆☆介護予防出前講座の申込みについて☆☆



◇高齢者のみなさんが、住み慣れた地域でいつまでも元気で自分らしく暮らしていけるように、介護予防出前講座を開催しています

【内 容】

① 高齢者の栄養とお口の健康

担当：栄養士、保健師、歯科衛生士等

② めざそう！元気百歳 ～足腰の機能を保つために～

担当：柔道整復師、運動指導者等

③ いきいき百歳体操 体験講座

担当：柔道整復師、運動指導者等

椅子人数分用意下さい（座椅子不可）

④ 人生会議(ACP)を始めてみませんか

担当：地域包括支援センター、高齢者あんしんセンター

⑤ 認知症予防、権利擁護、介護保険制度など 内容をご相談ください。可能な限り対応します

担当：地域包括支援センター

【対 象】市内の高齢者団体で、おおむね 10 名以上の高齢者の集まりを基本とします

* 1 団体につき年 1 回開催

【開催日時】平日の午前 9 時～午後 5 時までの間 約 60 分～90 分

（但し③いき百体験講座については 120 分必要）

【会 場】会場の手配・進行は主催者（申込み者）でお願いいたします

【費 用】講師謝金は無料です

* 会場使用料や材料費等必要な場合は団体で負担をお願いします

【申込み先】

◆老人会、自治会等 ⇒ 高齢者あんしんセンター（丹波市介護保険課内）・支所
西部地域包括支援センター・南部地域包括支援センター
東部地域包括支援センター

◆ふれあいサロン ⇒ 社会福祉協議会 本所・支所

* 講座開催希望日の 45 日前までに裏面の申込書を提出してください

後日、日時・内容・要件等詳細について連絡・調整します

* ご希望日に添えない場合もあります

* 酒席や会食中の講座はお断わりいたします

* 講座が円滑に実施できるよう 代表者の連絡先を講師にお伝えさせていただくことがあります
がご了承ください



☆お問い合わせ先

丹波市役所本庁第 2 庁舎

高齢者あんしんセンター（介護保険課内）

☎ 88-5267 FAX 88-5283