



介護予防出前講座 申込書

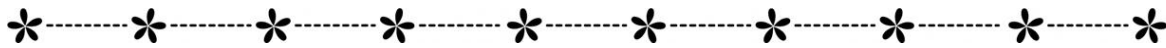
申込日 令和 年 月 日

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④（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 () お口の中をピカピカにして、健康で長生きしよう！（先着2団体） （6/1 より受付開始） 担当：丹波市歯科医師会		
	② () 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		
	③ () 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		
	④ () 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		
	⑤ () 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		
⑥ () 「その他： _____」 ＊例えば ☐ 認知症について or ☐ 高齢者の権利を守る or ☐ 介護保険制度 等 担当：地域包括支援センター			
代 表 者 住 所	〒669- 丹波市 町		ふりがな 氏 名
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。

【対 象】 市内の高齢者団体（老人会、自治会など）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

【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。

【講座の補足事項】

- ・お口の中をピカピカにして、健康で長生きしよう！（先着 2 団体）
6/1 より受付開始 講座は 7/2 より開始になります。
- ・いきいき百歳体操 体験講座 講座は 120 分必要です。
椅子は人数分ご用意下さい（座椅子不可）
- ・認知症予防、権利擁護、介護保険制度など 内容・時間はご相談ください。
地域包括支援センターが可能な限り対応します。

【申込み先】

- ・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 TEL 0795-82-7529 （大塚病院 療養棟 1F）
- ・南部地域包括支援センター TEL 0795-78-9123 （山南福祉センター 2F）
- ・東部地域包括支援センター TEL 0795-74-1900 （ハートフルかすが 2F）

【注意事項】

- ＊講座開催希望日の 30 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きますが、ご了承ください。

【警報発令時の対応】

丹波市に「大雨・洪水・大雪・暴風雪」のいずれかの警報が発令された場合
午前中開催の場合:午前 7 時 午後開催の場合:午前 10 時 の時点で発令されていれば、中止とします。



☆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