



令和元年度

## 生活支援・介護予防サポーター養成講座

平成27年度より開催しています生活支援・介護予防サポーター養成講座ですが、多くの方が参加しやすいように今年度リニューアルしました。介護予防について学びたいという方、地域で何かボランティア活動をしたいと考えている方、何か地域と関わりたいという方などどなたでもお気軽にご参加ください。1講座のみの受講や再受講も可能です。

対象：村内にお住まいの方で、介護予防やボランティア・地域活動に関心のある方

日時：令和2年2月4日(火)、2月10日(月)、2月25日(火)  
13:30~15:30 詳細は裏面に掲載

場所：みんなの広場アスボ スタジオ

申し込み締切：1月10日(金)

申し込み方法：下記の申し込み用紙に記入していただき、みんなの広場アスボ ボランティアセンターへお持ちいただくか、FAXにてお申し込みください。

申し込み・問合せ：喬木村社会福祉協議会 ボランティアセンター

TEL33-5520 FAX33-5330



### 生活支援・介護予防サポーター講座申込書

喬木村ボランティアセンター 行き

氏名		生年月日	年 月 日	年齢	歳
住所		地区		電話番号	

# 生活支援・介護予防サポーター養成講座

## 講座内容

場所はみんなの広場アスポ スタジオです。

回	日時	講座内容	講師
1	2/4 (火) 13:30 ~15:30	① 『もっと知りたい介護予防。 役場職員に聞いてみよう!!』 せっかくの機会なので、介護予防についていろいろ聞いてみよう。  ② 『介護予防につながる楽しいレク講座』 自分自身の介護予防のために、そして、サロンや地域で使えるレクリエーションを学びます。	喬木村役場 包括支援係職員  たかぎスポーツクラブ 大島 砂緒里 氏
2	2/10 (月) 13:30 ~15:30	『傾聴・生活支援について学ぼう』 傾聴の基本や、生活支援を行うための基礎知識を学びます。	飯田女子短期大学 太和田 雅美 氏
3	2/25 (火) 13:30 ~15:30	『先輩サポーターの活動を知ろう！ 語ろう！支え合い活動』 喬木村で地域活動をしている方の活動発表を聞き、自分にできそうなことを語り合います。	長野県長寿社会開発センター 木曾支部 竹脇 恵美 氏

足元が冷えますので、上履きをご持参ください。

