

地域もりあげ隊 平田支部からのお誘い

さんぽにでかけましょ〜

ボランティア募集  
地域もりあげ隊

あなたの得意な

あんなこと  
こんなこと

活かしませんか?

社会福祉法人 創心福祉会では、

“元気にお手伝いしてくださる地域の皆さま”を募集します。

私たちと一緒に、活力ある地域づくりを目指しませんか?



## いきいき勉強会 開催日程

参加費  
無料

マスクの  
着用を  
お願いします

|         | 日程                            | 時間                     | 内容  |
|---------|-------------------------------|------------------------|---|
| 1<br>学期 | <del>2023<br/>① 6/15(木)</del> | <del>14:00~15:30</del> | <del>介護予防体操<br/>何歳になっても筋肉はつきます!筋肉量アップで転倒しないカラダづくり</del>             |
|         | ② 7/8(土)                      | 10:30~12:00            | 夏バテ防止・管理栄養士さんの話<br>生活習慣を見直し健康に夏を乗り切ろう!夏を快適に過ごすコツ                    |
|         | ③ 8/12(土)                     | 10:30~12:00            | 認知症サポーター養成講座(子供向け)<br>認知症ってなあに?正しい知識と具体的な対応方法を学び、自分でも出来る事、考えてみませんか? |
| 2<br>学期 | ④ 10/14(土)                    | 10:30~12:00            | 緊急時の対応 看護師さんの話<br>あなたの知識と行動で家族は守れます。転倒した時など、緊急時の対応方法を学びましょう         |
|         | ⑤ 11/16(木)                    | 14:00~15:30            | 認知症サポーター養成講座(成人向け)<br>2025年には5人に1人が認知症...。地域で安心して暮らせるまちづくりを目指しましょう  |
|         | ⑥ 12/9(土)                     | 10:30~12:00            | 口腔ケア 歯科衛生士さんの話<br>口の中の仕組みを学んでください。きっとあなたとご家族の生活に役立ちます               |
| 3<br>学期 | 2024<br>⑦ 2/10(土)             | 10:30~12:00            | 介護保険の使い方 ケアマネージャーさんの話<br>サービスの種類、利用の流れや、チェックポイントなどを分かりやすく解説します      |
|         | ⑧ 3/9(土)                      | 10:30~12:00            | 福祉用具の使い方(排泄編)<br>排泄介助の負担を軽減!おむつの種類、あて方を知り、その人らしい生活を支援しましょう!         |
|         | ⑨ 4/13(土)                     | 10:30~12:00            | 介護予防体操<br>健康なカラダづくりは毎日コツコツが大切です。正しくカラダを動かして毎日元気に過ごしましょう             |

参加人数

先着15名まで

場所

創心福祉会 地域交流スペース

申込方法

電話、FAX、メール、持ち込みなど何でもOK! 持ち込みの場合は下記にご記入の上、ご持参ください。

|                       |            |      |                 |
|-----------------------|------------|------|-----------------|
| 住所                    | 〒 _____    |      |                 |
| 氏名                    | フリガナ _____ | 電話番号 | ( _____ ) _____ |
| 参加希望日<br>(番号をお書きください) | _____      |      |                 |

裏面もご確認ください