

参加無料！

令和8年度 介護予防サポーター養成講座

地域で元気に暮らすためのお手伝いをしてみませんか？

介護予防について楽しく学びながら、地域で活躍してみませんか？
「介護や認知症について学びたい」「空いた時間をなにかに使いたい」
という方におすすめです！

全4回の講座のうち、2回以上の受講でサポーター登録ができます。
(サポーターとしての活動は希望者のみです) 申込が必要です。



場 所 善通寺市役所4階 401～403 会議室

対 象 介護や地域活動に関心のある善通寺市民 20 名程度

8.20(木)
13:30～15:00

オリエンテーション
地域包括支援センターってどんなところ？
現役サポーターに話を聞いてみよう！

9. 2(水)
13:30～15:30

加齢による心と身体の変化とは
おうちでできる介護予防運動のコツ
講師：四国医療専門学校 理学療法士 中山直樹 氏

9.10(木)
13:30～15:30

認知症について知ってほしいこと
講師：地域包括支援センター職員
知って得する！コミュニケーション術
講師：臨床心理士 入江輝 氏

9.28(月)
13:30～15:15

歌う・動く・奏でる！
音楽でひらく元気のトビラ
講師：音楽療法士 岩永十紀子 氏



善通寺市地域包括支援センター
申込・問い合わせ先 ☎ 0877-63-6364