

介護予防推進員 養成講座

誰かの笑顔が見たい！地域の役に立ちたい！

介護予防推進員とは

介護予防についての基本的な知識と、吹田市の高齢化の状況を理解し、地域で介護予防の普及活動を担っていただく方です。

令和6年3月現在、127名が登録中。
登録者を対象にしたスキルアップ研修や交流会があります。

【活動内容例】（活動内容は各個人で異なります。）

- ひろばde体操の運営
- はつらつ元気手帳の普及
- 市主催の介護予防教室・講演会等のPR活動・お手伝い
- 家族や所属する団体等で介護予防を広める など



- 【 日 程 】 1回目：10月 8日（火）
2回目：10月15日（火）
3回目：10月22日（火）

3日間コース

【 時 間 】 午後2時～4時

【 場 所 】 千里市民センター 大ホール（地図裏面）

【 対 象 】 介護予防に関心があり、普及活動に協力できる市民

【 定 員 】 40名（先着順）

【 内 容 】 裏面参照

【 申込先 】 吹田市役所高齢福祉室 支援グループ介護予防担当
電話又はFAX、電子申込システムからお申込みください。
（受付期間4月1日～9月18日）
TEL：06-6170-5860（直通）
FAX：06-6368-7348

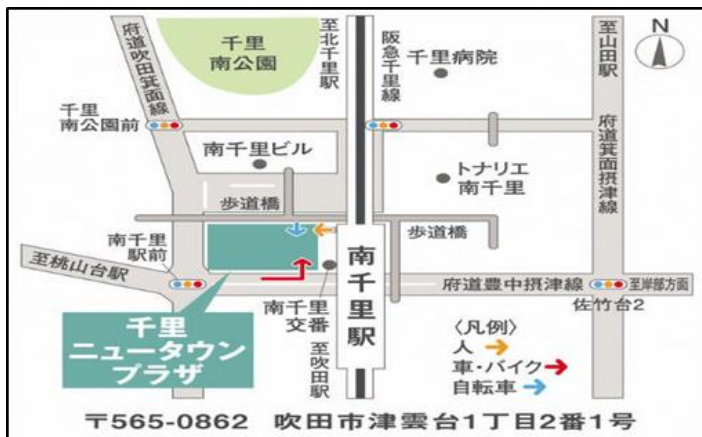
こちらからもお申込み
いただけます！



【 介護予防推進員 養成講座 内容 】

- 10/8 (火) 講話 ・吹田市の現状と介護予防「吹田市民はつらつ元気大作戦！」
 ・心身の加齢変化に気づくために「はつらつ元気シート」と「体力測定」
 ・「はつらつ元気手帳」の使い方
 ・介護予防のための運動のお話
 実習 ・はつらつ体操
 グループワーク 自己紹介からはじめよう
- 10/15 (火) 講話 ・認知症予防のお話
 ・転倒予防についてのお話
 ・介護予防推進員の活動について
 ・先輩推進員の活動紹介
 実習 ・認知症予防のレクリエーション
 ・はつらつ体操
 グループワーク 活動についての疑問や不安を何でも聞いてみよう
- 10/22 (火) 講話 ・お口の健康づくりと低栄養予防のお話
 実習 ・健口体操
 グループワーク 地域で広めたいことについて

【 会場地図 】



千里市民センター 2階大ホール
 住所：吹田市津雲台1丁目2番1号
 ＊阪急南千里駅前

----- 切り取らずに送信してください。 -----

令和6年度 介護予防推進員養成講座 FAX申込書 高齢福祉室支援グループ介護予防
 担当宛
 FAX 06-6368-7348 受付開始日、FAX送信先に注意して送信してください。

フリガナ		生	西			
氏名		年	曆	年	月	日
住所	吹田市	月	・			
電話	自宅	日	昭和			
手話通訳の希望	あり ・ なし					
						* 手話通訳が必要な場合は 9月18日(水)までにお申し込みください。

※お申し込みいただきました個人情報、本目的以外に使用することは一切ありません。