

令和8年度

受講者募集

介護予防サポーター・認知症サポーター養成講座

介護予防サポーターは、榛東村で、介護予防教室や村主催事業の運営協力などを行っているボランティアです。

参加
無料



脳トレや体操でいつまでも元気に！



男性サポーターも活躍中！



いきいきフェスタへ参加



介護予防教室「はつらつ教室」の様子

おすすめポイント

介護予防サポーターとして活動が始まった後も、定期的な研修でスキルアップをサポートします！



介護予防サポーター研修
全日程を受講された方で、
サポーターとして活動していただける方には
オリジナルTシャツプレゼント！

おすすめポイント

村が主催する「はつらつ教室」に介護予防サポーターとして協力していただくと、ポイントが貯まりプレゼントと交換できます！

地域活動をはじめませんか??

介護予防サポーター・認知症サポーター養成講座

自分の健康管理のために!自分や家族の健康維持にも役立つ内容が盛りだくさんの講座です。そして、地域のために、人のために役立つことをやってみませんか?サポーターに興味がある方、ぜひご参加ください。

【日付・内容等】

	日付	時間	内容
介護予防サポーター (初級・中級)	① 5月22日(金)	13:30~15:00	介護予防サポーターの役割 高齢期からの栄養、バランスのよい食事について
	② 5月29日(金)	13:30~15:00	フレイル(虚弱)予防のための運動
	③ 6月4日(木)	13:30~15:00	 お口の健康について 
	④ 6月11日(木)	13:30~15:00	認知症の理解と予防(認知症サポーター養成講座)

	日付	時間	内容
介護予防サポーター (上級)	⑤ 6月25日(木)	13:30~15:30	認知症の方のケア(ユマニチュード) チームオレンジについて
	⑥ 6月26日(金)	13:00~16:00	老年学・いざという時に備える心肺蘇生法など(実習)
	⑦ 7月10日(金)	9:00~14:00	口腔機能向上・栄養改善(調理実習) *エプロン・三角巾をお持ちください

介護予防サポーター(初級・中級)	介護予防サポーター(上級)
介護予防行事等のお手伝いをさせていただくボランティアです。 ①~④の講座全て受講していただくと、認定証をお渡します。	介護予防サポーター(初級・中級)受講者で、村の介護予防活動を主体的・積極的に行うボランティアです。 ①~⑦の講座全てを受講していただくと認定証をお渡します。(介護予防サポーター初級・中級をお持ちの方は⑤~⑦の受講で認定証をお渡します。)

認知症サポーター	上級認知症サポーター
認知症を正しく理解し認知症の方やその家族を見守る応援者です。 ④のみの受講で「認知症サポーター」になれます。 *初めて受講された方には、「認知症サポーターカード」をお渡します。	認知症サポーター養成講座を受けた方で、認知症カフェ「和の場」等で活動を行うボランティアです。 ④と⑤の講座を受講していただくと「上級認知症サポーター認定証」をお渡します。また、活動希望の方には、認知症サポーターオリジナルTシャツをプレゼントします。*以前認知症サポーター講座を受けた方は⑤を受けると上級認知症サポーターになれます。

- 【場 所】 榛東村保健相談センター
- 【対 象】 榛東村に住所がある方
- 【持ち物】 上履き、飲み物、筆記用具、眼鏡(必要な方)、動きやすい服装
- 【申込み】 5月15日(金)までに、地域包括支援センターへ電話でお申込みください
- 【参加費】 無料

問い合わせ先 榛東村地域包括支援センター
TEL 0279-25-8441

