令和7年度

受講生募集！

県民介護講座

無料

テーマ：「転ばぬ先の杖」
時　間：13：30～15：30
会　場：秋田県社会福祉会館
(秋田市旭北栄町1-5)
１０階大会議室

① 6月23日（月） 「いつまでも元気に過ごせる体づくり」 歯磨き・食べる機能の向上 ～口腔ケア～	④ 9月22日（月） 「いつまでも元気に過ごせる体づくり」 健康でより良い生活を送るために ～薬の種類、副作用～
② 7月28日（月） 「いつまでも元気に過ごせる体づくり」 頭とからだの運動 ～運動・脳トレ・ｅスポーツ～	⑤10月20日（月） 「いつまでも元気に過ごせる体づくり」 社会とのつながり ～自治会、町内会、高齢者サロン～
③ 8月25日（月） 「いつまでも元気に過ごせる体づくり」 健康のお便り-排泄-の話 ～排泄のお悩み解決～	⑥11月17日（月） 「知って学んで備えよう」 一人での判断が難しくなったら、老後を守る心託 ～成年後見制度・身元保証～

令和７年度　県民介護講座　申込書

お　名　前		年代	20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代・90代
ご連絡先	〒　　- 電話：　　FAX：		
希望講座	※希望講座の（　）に〇をしてください。 （　　）① 6月23日(月)　（　　）④ 9月22日(月) （　　）② 7月28日(月)　（　　）⑤10月20日(月) （　　）③ 8月25日(月)　（　　）⑥11月17日(月)		

この用紙をFAXにて送信いただくか、お電話でお申込みください。

秋田県高齢者総合相談・生活支援センター
☎ 018-824-2777　FAX 018-864-2742