

＼住み慣れた地域での生活を支えよう！／

介護予防・認知症 サポーター養成講座

日時：令和 8 年

9月16日（水）

17:30～19:30

会場：妙高市役所 コラボホール

参加費
無料



講座内容

- ・介護予防について
（フレイルとは・フレイルを予防するために）
- ・認知症について
（認知症とは・認知症の予防方法・当事者との接し方）

申込方法

電話申し込み
☎ 74-0017
市役所福祉介護課
地域包括支援係
申込締切：9/11（金）

介護予防サポーターとは・・・

高齢者のかたが住み慣れた地域で元気に生活できるよう、支援する人たちです！
介護予防の取り組みを学び、周囲のかたにお伝えしています。

認知症サポーターとは・・・

認知症のかたやその家族の「応援者」です！
認知症について理解し、認知症のかたやその家族が安心して暮らせるように見守っています。

介護予防・認知症に興味があれば、どなたでも参加可能です。
ぜひご参加ください！