

介護予防講演会

～さらに学びを深めよう～

医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士等による講演会を行います。身近な生活に活かせる知識や最新の情報を学びたい方は、ぜひご参加ください。

●申し込み：介護保険課 地域支援担当（直通：736-1119）

（詳細は広報かすかべをご覧ください）

●対象：おおむね65歳以上の市民

●時間：13：30～15：30



日 時	会 場	テ ー マ
6/27 (金)	豊春市民センター (豊春地区公民館)	口腔機能向上
7/25 (金)	大池憩いの家	薬とのつきあい方
9/25 (木)	豊野市民センター (豊野地区公民館)	うつ・認知症予防
12/23 (火)	武里市民センター (武里地区公民館)	脳血管疾患予防
2/25 (水)	粕壁市民センター (中央公民館)	高齢期の栄養

◆ いつまでも自分の足で歩き続ける身体づくり教室

リハビリテーション専門職（理学療法士等）の指導のもと、自分の足で歩き続ける身体づくりのための講義と運動を3回シリーズで行います。

（※ シリーズ1回ずつお申し込みください。詳細は広報かすかべをご覧ください）

シリーズ	日 時	会 場	テ ー マ
1回目	10/3(金)	ゆっく武里	腰痛・膝痛予防のための身体づくり
2回目	11/17(月)	庄和南公民館	首痛・肩痛予防のための身体づくり
3回目	1/22(木)	幸松市民センター (幸松地区公民館)	転倒しにくい身体づくり