

地域で学ぶ・つながる・元気になる

たよれーるみなみ 出前講座のお知らせ

- 講座は概ね1時間です。
- ご要望に応じてミニ講話への変更等、内容を調整します。
- お気軽にお問合せください。

令和8年4月

参加型の講話
もあるよ！

① 知って安心在宅サービス

介護保険のしくみや利用できるサービスについてお話しします

② 住み慣れた地域で安心して暮らすために

地域で支え合いながら暮らすための取り組みを、事例を交えてお話しします

③ 高齢者の住まいについて

施設や高齢者向け住宅の種類や費用について分かりやすく説明します



④ こんな地域になったらいいな
～今あなたにできること～



助け合い体験カードを用いて
地域でできることを一緒に
考えます

⑥ 認知症サポーター
養成講座【大人版】

認知症の正しい理解
と、接し方について
学びます
(約1時間半)

⑦ 認知症サポーター
養成講座
【子供向け 寸劇版】

寸劇を交えて
認知症を楽しく
分かりやすく
学びます

⑩ 今日から始
める介護予防

介護予防の大切
さと、自宅でで
きることを紹介
します

⑪ ロコモに負けない
カラダづくり

足腰を守るための体操や、
体づくりのポイントをお
伝えします



⑤ みんなでつくる地域

～ 見守り編 ～


見守り活動の大切さ、




コツやポイントを
お伝えします




⑧ 認知症をもっと知ろう




認知症の基本や
対応のポイント、
地域でできるこ
とを学びます



⑨ いきいき脳で毎日笑顔



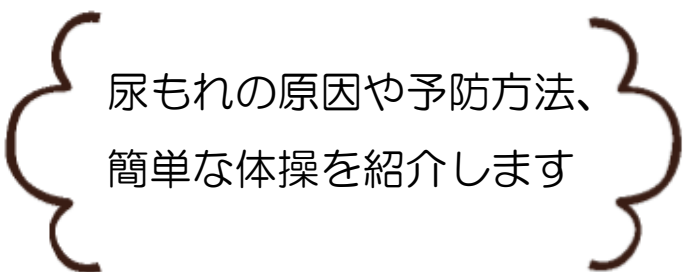
認知機能についての
お話と楽しい脳トレを
行います



⑫ 健康はお口と 食事から

食事やお口のケア
の大切さについて
のお話です

⑬ 今すぐ始める 尿もれ対策



尿もれの原因や予防方法、
簡単な体操を紹介します





⑭ なくそう！防ごう！

高齢者虐待



高齢者虐待の基礎知識
と、地域での見守りの
大切さをお話しします

⑮ 元気な今から

始める終活

成年後見制度やエンディングノートなど、将来に備える方法を紹介します

お問い合わせは下記まで

福士

石渡

吉田

吹田

担当地区

有明町 大町 文京町

牧場 盤尻 桜森

恵央町 幸町 柏木町

美咲野 桜町 駒場町

白樺町 恵南

越

碓井

南

佐々木

恵庭市みなみ地域包括支援センター（たよれーる みなみ）

〒061-1423 恵庭市柏木町429番地6

TEL 0123-34-8467

E-mail minamihoukatu@gmail.com

fax 0123-34-8561