

◇地域で支え合い健やかで自分らしさを感じられるまちの実現のために◇

町田市 介護予防サポーター養成講座 ～受講生募集～

介護予防とは？

「介護」が必要な状態になることを「予防」すること。

介護予防サポーターとは？

「介護予防」を実践し、介護予防の普及啓発活動を行なうボランティアの方々です。

♥ 知識や経験を生かし、地域で活躍してみませんか？
ただ今、登録者数 **572名** マイペースに活動しています！

どんな活動があるの？



「地域の事を知り、地域の力になりたい。」
自ら地域で役立つことを見つけて実践しています。

活動の例① 全員が対象となるもの

講座補助

地域の介護予防教室のお手伝いをします。
受付や会場準備・片付け、介護予防のお話し等



活動の例② チームで活動するもの

企画チーム

介護予防月間のイベントを企画し運営まで行います。



広報チーム

介護予防サポーター活動に関する情報を載せた広報誌を作ります。



測定会チーム

高齢者の体力測定会のお手伝いをします。



自主グループ運営チーム

自主グループ活動の運営管理を担います。講師をすることもあります。



申込方法

講座の流れ

裏面をご覧ください

養成講座スケジュール

学ぶ

注意！

4日間全課程
の出席が必須
(補講可能)

日程			内容
1 日目	9月7日	木 曜 日	9:30 ～11:50 受付 9:20～ オリオンテーション 町田市の高齢者の状況と介護予防 口腔講義 コミュニケーション講義
2 日目	9月14日		9:20 ～11:50 栄養講義 運動講義 高齢者支援センターとの交流①
3 日目	9月21日		受付 9:10～ 認知症講義 地域活動講義 高齢者支援センターとの交流②
4 日目	9月28日		介護予防サポーターの役割 介護予防サポーター活動 高齢者支援センターとの交流③

会場 健康福祉会館

※駐車券の発行はいたしません。公共交通機関をご利用ください。

対象 町田市内在住・在勤・在学の方で、全講義参加できる方。

定員 25名 **参加費用** 無料

持ち物 筆記用具・飲み物・A4サイズが入る大きめのバック

※講座受講時は、マスクの着用にご協力ください。

お申込み・お問い合わせ先

町田第2高齢者支援センター ☎ 042-729-0747

7月3日(月)～8月19日(土)までにお申し込みください。



活動希望調査票の提出

介護予防サポーター養成講座4日目に活動希望調査票で希望を確認し登録する
高齢者支援センターなどを選択します。(いつでも変更可能です)

地区情報交換会

10月5日(木)午前
場所:健康福祉会館

先輩サポーターとの交流の場です。
養成講座の中で高齢者支援センターから
ご案内があります。

介護予防サポーター活動

無理なく自分のペースで活動を始めましょう！

町田市役所 いきいき生活部 高齢者支援課
電話 042-724-2146



登録

参加

活動