

無料

毎日を元気に

～家族介護教室～



いつまでも元気に過ごしたい！

●フレイル予防

介護状態にならないよう気をつけるポイント。

●感染症予防

日常で行える感染症予防策、免疫力アップのポイント等。

●家庭内事故防止

転倒やヒートショックなど、家庭内で起こる危険への対応等。

認知症について知ろう！

●認知症予防のポイント

認知症を予防するための生活習慣、相談窓口等の情報について。

●MCIについて

軽度認知障害についての説明等。

●認知症予防あれこれ

認知症を予防するために効果的なゲームや体操、クイズ等を紹介。

「介護保険」のギモンを解消！

●もしもの時の介護保険

介護サービスが必要になる時ってどんな時？
手続きや介護サービスの種類、利用料、施設入所が必要になった場合の手続きや施設費用等についての紹介等。

地域のつながり・相談窓口

●みんなの集いの場

地域で活動しているサロンの内容、情報についての紹介。

●生活の手続きのお手伝い

障害や認知機能の低下等で手続きやお金の管理が難しい方のお手伝いをするしくみについての紹介。

時間の目安：

30～40分

講座の内容、時間等要望についてはお気軽にお電話ください。

お問合せは



88-2750

有田市社会福祉協議会(担当:木原・川口)