

どんとどんと!! 介護

2020

~人生100年時代 元気に生きていく講座~

日にち	タイトル	講師
①10月16日	人生の後半の時間(ゴールデンタイム)をデザインしよう	中川 裕晴さん(NPO 法人つむぎ)
②11月13日	この街(大阪狭山)の介護サービスを知ろう	安達 賢治さん (さやまの里 在宅介護支援センター)
③12月11日	介護する側・される側を体験しよう	
④1月15日	大阪狭山市社会福祉協議会が関わる 地域福祉のお話と包括支援センターの役割について	大阪狭山市社会福祉協議会
⑤2月19日	健康寿命をのばすために ~家でもできる筋トレを体験しよう~	新野弘美さん (帝塚山学院大学人間科学部講師)
⑥3月12日	書いて、しゃべって整理しよう! 親のこと、自分のこと、これからのこと	コミュニティ ソーシャルワーカー連絡会

【曜日・時間】 いずれも金曜日 10:00~12:00

【対象】 50歳以上の人

【定員】 30人 ※応募多数の場合は抽選

【参加費】 1,000円(全6回)

【申込み方法】 裏面もしくは、QRコードから参照してください

【申込み締切】 9月15日(火)

【問合せ先】 大阪狭山市立公民館

〒589-0021 大阪狭山市今熊 1-106/TEL:072-366-0070/FAX:072-366-0081

人生100年時代!!!
人生の後半の時間をゴールデンタイムにするために一緒に学ぼう!!

