

みんなで広めよう認知症予防！認知症になっても安心して暮らせるまちをつくるために！

認知症予防リーダー養成講座



認知症予防に関する知識や手法を学び、地域に広めていただく方（認知症予防リーダー）を養成する講座です。

地域のサロンに出向き体操や回想法を行います。
（ご自身の得意分野でもかまいません。）
先輩リーダーさん達も一緒に行動しますのでご安心ください。

講座内容

日時：2019年4月5日（金）～2019年5月16日（木）まで。

福祉会館での研修は全5回
※裏面「講座スケジュール」参照

会場：港福祉会館
対象：市内在住の60歳以上の方
参加費：無料
交通費：自己負担

申し込み方法

**申込期間：2019年
2月12日（火）～2月28日（木）**

下記受付で申込用紙を受け取り必要事項を記入の上、ご応募ください。電話申込不可。

先着順：定員5名。

ご応募お待ちしております！

講座スケジュール

回	日程	講座内容
1	2019年4月5日(金) 13時30～15時30	認知症予防リーダーとは
2	2019年4月12日(金) 13時30～15時30	認知症の理解とサポート 西部いきいき支援センター
3	2019年4月19日(金) 13時30～15時30	地域で活動するための心得
4	2019年5月9日(木) <u>10時00～12時00</u>	リーダー活動の実際 交流サロン陽まわり見学と参加* 陽まわり初回無料。2回目から参加費200円。
5	2019年5月17日(金) <u>10時00～12時00</u>	実習(認知症予防教室)基本日

(館の都合により日程が変更になる場合もあります。)

*リーダー養成講座は、下記の講座も受講して、修了となります。

◎回想法研修<2日間> 日程未定。

◎脳賦活運動(コグニサイズ)<1日間> 日程未定。

研修先会場への交通費は実費負担。

・どうしても日程の都合がつかない場合は振替も可能です。