

箕輪町 介護予防出前講座

介護予防等に関する出前講座を実施しています。箕輪町役場の職員が各通いの場に出向き、自主的な介護予防や認知症予防等に取り組めるよう講座を行ないます。

出前講座メニュー

健康相談

質問シートなどを活用し、個別で健康相談を行います。

介護予防

介護予防の全般的な知識の講座や体操などを実施します。

認知症予防

認知症予防や支援方法の講義や認知症予防運動などを実施します。

口腔講話

歯の健康についてなど口の中の機能について講座を実施します。

栄養講話

食事を摂る際の栄養など必要な栄養素について講座を実施します。

運動

介護予防に繋がる運動を実践します。

人生会議※

人生会議や終活などの講座を実施します。

※人生会議とは、あなたの望みや大切にしていること、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、また、あなたの信頼する人たちと繰り返し話し合うことを言います。

申し込み方法

出前講座を実施する3週間前に「箕輪町職員出前講座注文書」に記入をし、箕輪町地域包括支援センター（役場福祉課内）まで提出をお願いいたします。出前講座を実施する前に、1回程度、代表者の方と打ち合わせを実施します。

連絡先

箕輪町地域包括支援センター

TEL : 0265-70-6622 FAX : 70-6699

