

令和7年度

米山・南方地域包括支援センター 出前講座メニュー

	テーマ	内容	時間
1	介護保険	介護保険の仕組みや手続きについて 介護サービスの内容について 施設の種類や特徴選び方について 等	30～ 60分
2	健康	介護予防 ・運動について ・栄養について ・口の健康について ・閉じこもり予防について 等	30～ 60分
3	認知症	認知症の原因や予防について 認知症の方への接し方 等	30～ 60分
4	認知症サポーター養成講座	認知症はどんな病気なのか正しく理解し、 認知症の方や家族を見守る「応援者」を 養成する講座	90分
5	消費者被害	オレオレ詐欺や売り付け商法等への予防や 対処について	30～ 60分
6	権利擁護	高齢者虐待について（心を軽くするケア） 成年後見人制度について	30～ 60分
7	介護予防体操	とめ元気ぶらす体操について 体力測定について 等 ※2か月前に予約願います。	60～ 90分

①講座メニュー以外でも希望講座や時間がありましたらお気軽にご相談ください

②申し込み：なるべく1か月前までに下記問合せ先に申込書・電話・FAXの
いずれかでお申込みください（講師料は無料です）

③問合せ先：登米市米山・南方地域包括支援センター

TEL 0220-29-5821

FAX 0220-55-5977

