

福津市介護予防講座のご案内

(令和5年4月改訂版)

近所の公民館で、歌をうたったり、介護予防に関することを学びませんか？お気軽にお申込みください！



1. 申し込みができる人
福津市内で活動する市民グループや自治会など、おおよそ10名以上の団体
2. 開催場所
地域の公民館など、会場の準備は、申し込み者でお願いします。
3. 開催時間
月～金曜日（祝日除く）の午前9時から午後5時までの間で、講座の所要時間は90～120分程度です。（※準備片付け時間、約30分含まれます）
4. 利用料
講座1回の開催につき 3,000円
5. 講座の内容（各講座の詳細は裏面をご覧ください。）
 - ①『音楽活動講座』
（年度内2回まで利用できます。）
 - ②『認知症介護講座』
 - ③『介護予防・家族介護講座』
（②と③の2講座は、全3回シリーズです。講座は1回から利用できます）
6. 申込方法
開催希望日のおおむね2か月前までに、市高齢者サービス課へ申込書をご提出ください。（詳しくはお尋ねください。）



【問い合わせ】 福津市健康福祉部 高齢者サービス課 高齢者福祉係
0940-43-8298

①「音楽活動講座」～音楽の特性を利用した、大人気の健康増進プログラム～

No.	講座内容
1	音楽メインプログラム ～口腔体操、プレトレーニングによる心肺機能の向上、楽器演奏や、回想法による、懐かしい歌詞の暗唱などがメインの活動です～

②「認知症介護講座」

No.	講座名	講師
1	認知症予防 ～体を動かしながら記憶力アップ～	介護支援専門員 介護福祉士 社会福祉士
2	認知症の方との接し方 ～お互いに気持ちが楽になるように～	介護福祉士 社会福祉士
3	認知症に特化した施設とは？ ～認知症デイ・小規模多機能施設・グループホーム～	介護支援専門員 介護福祉士 社会福祉士

③「介護予防・家族介護講座」

No.	講座名	講師
1	介護保険の利用について ～いざというとき、困らないために～	介護支援専門員 社会福祉士 介護福祉士
2	優しい介護のコツ ～安全で共に負担の少ない介護技術～	理学療法士 介護福祉士
3	福祉用具を知ろう！ ～杖や車イスの利用の仕方～	理学療法士 介護福祉士

