

シニアの介護予防と生きがいづくり
介護予防ボランティア育成講座
の参加者を募集します

令和元年 6 月 24 日
 郡山市保健福祉部
 地域包括ケア推進課
 担当：福元 智子
 TEL：924-3561

高齢者の介護予防に取り組む人材を育成するとともに、高齢者の社会参加を促進し、生きがいをもって生活できる地域の実現に向け開催する「介護予防ボランティア育成講座」の参加者を募集します。

- 1 日 時 7月26日(金)～10月25日(金)まで 全6回
 各午後2時～午後3時30分
 ※ 開催日程、及び内容は別紙のとおりです。
- 2 場 所 郡山市音楽・文化交流館（ミュージカルがくと館）1階大ホールなど
- 3 対 象 市内在住・在勤の方。（定員：各講座約50名）ただし、第1回～第4回の公開講座は、こおりやま広域圏に在住・在勤の方も参加できます。
- 4 申込み 各講座の1週間前まで、メール、FAXまたは電話でお申込みください。
 Eメール houkatucare@city.koriyama.lg.jp
 FAX：934-8971
 電話：924-3561

介護予防ボランティア で活躍してみませんか



介護予防を

学べる!



介護予防に関する知識を学んでいただき、
育成講座終了後は、「介護予防ボランティア」として
活動していただきます。市民の健康づくりや介護予防を
サポートしていただく他、ご自身の「いきがい」「やり
がい」づくりにもお役立てください。

大人気!

いきいき

百歳体操



【講座日程・内容】

回	日 程	内 容	講 師
1	7月26日 (金) 14:00~15:30	講話：郡山市介護予防事業の概要と 介護予防ボランティアの役割 ※公開講座です。ボランティアに興味のある方、介護予防 に関心がある方、どなたでも参加できます。	地域包括ケア推進課職員
2	8月9日 (金) 14:00~15:30	講話：介護予防で地域づくり ～社会参加とソーシャルサポート～ ※公開講座です。ボランティアに興味のある方、介護予防 に関心がある方、どなたでも参加できます。	東邦大学医学部社会医学講座 助教 今村 晴彦氏
3	8月30日 (金) 14:00~15:30	実技：ココロもカラダもリフレッシュ! ～活動の場で使える健康体操～ ※公開講座です。ボランティアに興味のある方、介護予防 に関心がある方、どなたでも参加できます。	健康運動指導士 渡部 貴子氏
4	9月5日 (木) 14:00~15:30	講話・実技：いきいき百歳体操とその効果 ※公開講座です。ボランティアに興味のある方、介護予防 に関心がある方、どなたでも参加できます。	公益財団法人星総合病院 理学療法士 二瓶 健司氏
5	9月下旬 ～ 10月下旬	見学：介護予防教室に行ってみよう! ～各教室・いきいき百歳体操会場の実際～ ※介護予防ボランティア登録希望の方を対象とした講座で す。	※見学の際は、地域包括ケア推進課 職員が同行します。
6	10月25日 (金) 14:00~15:30	まとめ：ようこそ! 「介護予防ボランティア」へ ※介護予防ボランティア登録希望の方を対象とした講座で す。	先輩介護予防ボランティア 地域包括ケア推進課職員

【対象者】 講座受講後に「介護予防ボランティア」として活動できる方
(公開講座は介護予防に関心のある方などどなたでも参加できます)

【ボランティア登録の要件】 1～4回目の公開講座のうち3回以上受講し、5、6回目の受講が可能な方

【講座会場】 郡山市音楽・文化交流館（ミュージカルがくと館）

【申込方法】 各講座開催日1週間前までに下記へお電話・FAX・メールにてお申込ください。



申込・お問合せ先 郡山市地域包括ケア推進課介護予防マネジメント係
Tel 924-3561 fax 934-8971
Email: houkatucare@city.koriyama.lg.jp