

令和 8 年度 高齢者ふれあいサロンサポーター養成講座

高齢者ふれあいサロンには、健康づくりや生きがいづくりなど、元気のもとがいっぱいです！
あなたも高齢者ふれあいサロンを支えるサロンサポーターになりませんか？

日 時	テーマ
① 12月3日（木） 10時～14時30分	・ 高齢者ふれあいサロンってどんなもの？ ・ ポイント制度について ・ 高齢者の心身の特徴・健康観察の留意点 ・ サポーター自身の健康づくり ・ サロンで活かせる軽体操
② 12月10日（木） 10時～15時30分	・ 認知症サポーター養成講座 ・ サロンで活かせるレクレーション① ・ 高齢者ふれあいサロンの実際 ・ 先輩サポーターの体験談
③ 12月17日（木） 9時30分～14時30分	・ 人との関わり方の学び ・ サロンで活かせるレクレーション② ・ 自分たちのサロンについて考えよう

【対 象】長崎市民の方 ※全日程に参加できる方 【定 員】40名

【会 場】長崎市役所2F 多目的スペース（長崎市魚の町4-1）

【参加費】無料 【持ち物】筆記用具、昼食、動きやすい服装

高齢者ふれあいサロンとは？

★会場地図は裏面参照

地域の身近な場所で、高齢者が気軽に集える場所として、住民同士の交流や親睦・ふれあいなどを通して、心身の健康づくりや生きがいづくり、地域づくりを目指して開設されています。自主的な活動として行われており、地元の自治会や社協支部の協力・支援のもと、高齢者ふれあいサロンサポーター養成講座の修了者が中心となって運営されています。



申込先：公益財団法人介護労働安定センター ☎ 095-828-6549
11月26日（木）までに電話でお申し込みください（要申込）
（講座についてのお問い合わせ 長崎市中心総合事務所地域福祉課 ☎829-1429）

※本養成講座は、長崎市が公益財団法人介護労働安定センターへ委託している講座です

[illegible]