

# 太田・鳥之郷地域包括支援センター

## 出前講座

出前講座とは、自治会や民生委員、高齢者クラブや近所の仲間グループ等に、当センターの職員等が出張して、高齢者の生活のテーマに沿った内容で実施する講座です。

### 講座内容

- ①介護保険制度  
(制度の概要、利用方法、サービス内容など)
- ②認知症(基礎知識、予防、早期発見、家族の対応など)
- ③認知症サポーター養成講座
- ④成年後見制度や消費者被害、高齢者虐待
- ⑤健康づくり(運動・栄養・口腔ケア・生活習慣病など)
- ⑥終活(人生会議、エンディングノートについてなど)
- ⑦在宅医療の利用の方法
- ⑧医療・福祉講話  
(理学療法士・社会福祉士・栄養士・薬剤師)
- ⑨介護予防教室
- ⑩フレイル予防・脳トレ・ラフター(笑い)ヨガ
- ⑪医療保険のいろは
- ⑫その他ご相談ください



#### ※注意事項

- ☆費用はかかりません。
- ☆出張範囲は当センターの担当地域に限ります。  
(詳しくはお問い合わせください。)
- ☆会場の確保はご依頼者にてお願いします。
- ☆出前の条件として5名以上の参加をお願いします。
- ☆開催時間は月～金の10時～17時の間となります。(土曜日は要相談)

#### 【相談時間】

月曜日～金曜日 9時～17時 (土曜・日曜日・祝日・年末年始はお休みです)