

研修会場  
&  
オンライン(Zoom)  
同時開催!

# 腸活で健康寿命を延ばそう!

最近の研究によると、良い腸内環境を持つ人が健康長寿を手に入れている、ということが分かってきました。このことから、現在、腸内環境を整える「腸活」が注目されています。腸内環境は、認知症や糖尿病・動脈硬化などの病気と深く関係しているため、ぜひこの講座で腸活を学んでいただき、一緒に健康寿命を延ばしましょう! ※ 会場参加とオンライン (Zoom) 参加を選択できます。

日時 2022年 11月24日(木) 13:30 ~ 15:30  
 場所 愛媛県在宅介護研修センター (松山市末町甲9-1)  
 定員 会場 30名【20名 + 別室モニター視聴10名】・オンライン (Zoom) 30名  
 [応募者多数の場合は、抽選にて受講者及び受講会場を決定いたします。]  
 対象 愛媛県民一般 (介護職等専門職の方も受講できます。)  
 実費 無料 (駐車場を利用される方は、駐車料金[1講座 300円]が必要です。)  
 講師 ボランティアグループ寄す処 (よすが) 高岡 康子 先生  
 保健師・看護師  
 申込方法 電話・FAX・ホームページから  
 (オンラインで参加の場合は、ホームページの専用フォームのみ)  
 申込締切 2022年11月2日(水) 午前9時まで受付

\* 申込み状況により、受付締切日以降でも受講可能な場合があります。受付状況につきましては、当センターへお問い合わせいただくか、またはホームページでご確認ください。



【当センターの周辺図】



“みんなで学ぼう介護のいろは”

＜お問い合わせ先＞  
 愛媛県在宅介護研修センター  
 (愛称: 愛ケア)

TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732  
 (ホームページ) <https://ehime-zaitakukaigo.com/>

- ◆ 有料駐車場有 (36台)
- ◆ 公共交通機関ご利用の際は…伊予鉄道バス 52番線  
 「湯の山ニュータウン」行き 「食場」バス停下車 徒歩 約3分

受講申込票 (これは会場参加用の申込票です) 申込年月日 年 月 日

受講希望の講座名	腸活で健康寿命を延ばそう!	受講日	2022.11.24(木)
ふりがな		事業所名	
氏名		団体名	
		職業	
受講票送付先	(自宅・事業所) ※どちらかに○をつけてください	電話番号	
住所	〒		

☆以前に愛媛県在宅介護研修センターで研修を受講したことがありますか? (はい・いいえ)

- \* 同一事業所から多数お申し込みの場合、申込票1枚につき2名以内のご記入をお願いいたします。
- \* 講座受付終了後抽選し、当選された方(受講いただける方)には2週間以内にお申し込みを郵送いたしますが、受講の可否をお知りになりたい方は、直接 当センターまでお問い合わせ下さい。
- \* 受講申込票にご記入いただいた個人情報は、当センターが責任を持って管理いたします。