

介護予防
講座

転ばない為の必要条件を学ぶ

～介護予防は足元から～

「年を取ると転びやすくなる」とよく言われますが、だから仕方がないのではなく、どうしたら転ばないかをこの講座で学びましょう。自分の身体と足の癖を知り、転倒しにくい姿勢、歩き方を身につけること。靴の選び方と履き方も大事な要素です。転ばぬ先に学ぶことがたくさんあります。ぜひお越しください。

***実技あり** ***動きやすい服装でお越しください。**

日 時 2023年 11月 22日 (水) 13:30 ~ 16:00
 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 20名 [応募者多数の場合は抽選にて受講者を決定いたします。]
 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 オートテックシューマスター・FSI公認フスプレーガー
 朝日本ウォーキング協会公認ウォーキング指導者 **御堂 正江 先生**
 申込方法 電話・FAX・ホームページから
 申込締切 2023年 11月 1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。



“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: 愛ヶア)

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

【当センターの周辺図】



受講申込票

申込年月日 年 月 日

受講希望の講座名	転ばない為の必要条件を学ぶ ～介護予防は足元から～	受講日	2023. 11. 22 (水)
ふりがな		事業所名 団体名	
氏 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	
送付先住所	〒		

☆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週間以内に受講票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。