

第54回



高齢者介護教室

高齢化が急速に進んでいます。高齢者の方々が、住み慣れた地域で、毎日の生活を安心して送れるようにと、三田習地区では介護教室を開催しております。知ってよかったと思える知識を身に付け、これからの生活に役立ててみませんか。

- 日時 令和6年6月15日（土曜日）
午後1時30分～午後3時30分（午後1時受付）
- 会場 三田公民館 第1・2集会室

転ばぬ先の杖！

介護保険制度の危機が言われる今、我々の負担は増えつつあります。そんな中、自分達で出来る対策の1つに普段使わない筋肉を鍛え「健康寿命」を延ばすことで、自立した生活を送ることも出来、結果自己負担を減らすことにつながるのではないのでしょうか！

- 内容 講話
 - ① 理学療法士による話と実技
講師 株式会社 Sky Connect 代表取締役
理学療法士 松浦 哲也 氏
 - ② 介護保険の現状と三田習地区の介護の実態
講師 船橋市三山・田喜野井地域包括支援センター
所長 高澤 由昇 氏

動きやすい服装でご参加下さい

☆持ち物
・マスク・飲み物
・筆記用具

☆ 申込方法 電話又は直接 三田公民館へ（電話477-2961）
先着50名まで **※5/1(水)～受付開始**

☆ 受付時間 午前9時から午後5時まで
休館日 4月 29日
5月 3日・4日・6日・27日



主催 三田地区福祉を考える会 三田習地区社会福祉協議会
共催 三田習地区自治会連合協議会 船橋市三田公民館
三山・田喜野井地域包括支援センター