

あなたの元気が地域の元気に！

令和8年度 介護予防住民指導者養成講座

日時		前期	後期
1回目		令和8年6月15日	令和8年11月16日
2回目		令和8年7月27日	令和8年12月21日
3回目		令和8年8月24日	令和9年1月18日

時間：各回 月曜日 13時30分～15時

※資格取得をご希望の方は、3回全て受講してください。

※前期・後期いずれも、3回目修了後に実習編（2回）あります。

対象

東御市在住の方

内容

高齢者の心身の理解、介護予防の知識など（詳細裏面）

場所

東御市総合福祉センター2階201・202研修室

講師

健康福祉広域支援協会 代表理事 理学療法士

中村 崇 先生



申込

各回の前日までに、電話でお申込ください。

東御市 社会福祉協議会 ☎0268-62-4455

介護予防住民指導者の役割

自分のため、家族のため、地域のために、高齢者の健康増進や介護予防をサポートします。

●地域の集まり作り・運営（通所型サービスB）



●高齢者のご自宅へ訪問して日常生活のサポートを行うボランティアに登録（高齢者日常生活サポート事業）

【主催】東御市社会福祉協議会

【協力】健康福祉広域支援協会 東御どす来いサポーター 東御市高齢者福祉係

【お問合せ・申込】東御市社会福祉協議会 ☎0268-62-4455

		日時	テーマ・内容	講師
前期	第1回	実施済	基礎編① 「年を取ると変わる心と 体を学ぼう」	健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇氏
	第2回		基礎編② 「フレイルにならない、 させない、知識をつける」	健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇氏
	第3回		応用編 「明日から自分と大切な人に 何ができるか知ろう」	健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇氏
	【続】 介護予防 住民指導者 養成講座	9月17日(木) 午後1時30分～ 午後3時	実習編① はじめの体操 アイテム実技研修	ケアポートみまき 理学療法士 健康運動指導士
		10月22日(木) 午後1時30分～ 午後3時	実習編② 脳トレレクリエーション アイテム実技研修	ケアポートみまき 理学療法士 健康運動指導士
後期	第1回	11月16日(月) 午後1時30分～ 午後3時	基礎編① 「年を取ると変わる心と 体を学ぼう」	健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇氏
	第2回	12月21日(月) 午後1時30分～ 午後3時	基礎編② 「フレイルにならない、 させない、知識をつける」	健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇氏
	第3回	1月18日(月) 午後1時30分～ 午後3時	応用編 「明日から自分と大切な人に 何ができるか知ろう」	健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇氏
	【続】 介護予防 住民指導者 養成講座	2月18日(木) 午後1時30分～ 午後3時	実習編① はじめの体操 アイテム実技研修	ケアポートみまき 理学療法士 健康運動指導士
		3月11日(木) 午後1時30分～ 午後3時	実習編② 脳トレレクリエーション アイテム実技研修	ケアポートみまき 理学療法士 健康運動指導士

介護予防住民指導者の資格取得要件

- 前期か後期どちらかの講座を3回全て受講してください。
- 欠席された場合は、前期か後期どちらかの同じ内容を受講してください。
どちらも受講できない方はご相談ください。