清華苑の出前講座

地域の皆様、こんにちは！
私たち、社会福祉法人　三幸（みゆき）福祉会　清華苑は、地域での集まりへ介護や医療の専門職員を派遣する出前講座を行っています。介護に関する情報や健康体操など様々なテーマの講座をご用意しています。この機会にぜひご利用下さい。

サークル活動や
自治会の集まりなど
お気軽にお声がけ下さい

以下のテーマからお選び下さい。
この他にもリクエストがありましたらお知らせ下さい。
講師派遣料は無料です。開催日は平日のみとなります。

① 教えて、認知症のこと
② 介護施設は誰がどうしたら利用できるの？
③ 誤嚥性肺炎を予防しよう（嚥下と口腔ケア）
④ 実践！安全安楽な介護テクニック
⑤ 健康寿命は延ばせる！㊙講座
⑥ ＨＯＷ ＴＯ 福祉用具の活用術
⑦ 在宅で看取るにはどうすれば！？
⑧ コロナ禍のフレイル予防講座
⑨ 姿勢がよくなるバレエ体操
⑩ 爽快！棒体操
⑪ いきいき１００歳体操
⑫ 脳と身体が活性化する ながら体操（デュアルタスク運動）
⑬ ワークショップ（ハーバリウム・オシャレしめ縄）
※ワークショップは材料費が発生します。
お一人２５００円。

申込先 社会福祉法人　三幸福祉会　清華苑ふくし相談センター
０７８－９３８－０７７０（担当：森下）