

人生 あっぱれ! 元気塾

第
1
回

健康寿命を
延ばす秘訣、
社会参加を考える

2017 / 10/19 木

🕒 18:00 ~ 20:00

講師 / 池田 昌弘氏
NPO全国コミュニティライフサポートセンター



地域福祉センター
多目的ホール



講演 : 無料
懇親会 : 500円

★あなたも★
地域デビュー
しませんか?

シニアで話題の地域デビュー。仲間づくりや地域へ恩返しをする方が増えてます。地域で活躍したい方・健康のために外出する機会が欲しい方必見!

健康や生活に役立つ内容の講演や実践をまとめ、総称を元気塾としました。

講座★・★・他1講座 計3講座を受講した方には**元気メンバー認定証**を発行。参加は1回から、気になる講座のみの申込でもOKです。

農閑期に
楽しく学ぶ!

開講日	時間	場所	内容
★ 10/19(木)	18:00~20:00	地域福祉センター	講演 『健康寿命を延ばす秘訣、社会参加を考える』
2 11/15(水)	8:40~17:30 ☎ 昼食代 必要	地域福祉センター前	地域の『居場所』先進地視察バスツアー
3 11/26(日)	10:00~15:30 ☎ 参加費:500円	諏訪市 総合福祉センター いきいき元気館3階	全体会 / 講演 『テーマ:よくしよう自分の住む街』 分科会 / ①居場所づくり ②まち歩き ③エコ風呂敷 ④レク講座 ■ 諏訪ブロック社協 ボランティア交流研究集会 ■
★ 4 12/11(月)	13:30~15:30	地域福祉センター	原村の通い場・集い場・居場所を知る
5 1/15(月)	13:30~15:30	地域福祉センター	介護保険の活用方法 ■ねこの手サービス 研修会 ■
6 1/29(月)	13:30~15:30	地域福祉センター	楽しく脳トレ / 認知症予防脳活性化ゲーム
7 2月予定	未定	有線等で お知らせします	認知症の方との付き合い方 ■ 認知症サポーター研修 ■
8 2月(金) 複数回予定	10:00~13:00	中央公民館 調理室	シニアの調理実習 / 生こんにゃく作り
9 3/23(金)	13:30~15:30	地域福祉センター	"自分ごと"で考える健康な老後に向けて出来る事

元気メンバー認定とは・・・自身の健康のため、地域のため、自発的に支え合い活動をしようとする方へ原村社協が認定証を発行。支え合い活動をする際に身につけられます。

企画：原村社会福祉協議会 協力：ねこの手サービス運営委員会 原村地域包括支援センター「ひだまり」
後援：原村教育委員会 原村ボランティア連絡協議会

申込
裏面へ

健康寿命を 延ばす秘訣、 社会参加を考える

2017 / 10/19 木

 18:00 ~ 20:00

 地域福祉センター

参加費
.....
無料

「長生きするなら、なるべく健康でいたい・・・」その為にできる事、一緒に考えませんか？

前向きに、簡単に、明日からできる、わくわく出来る、そんな暮らし。

実現のヒントを、話題沸騰中の人気講師を迎え、学びます。

宮城より来る！



講師：池田昌弘氏

(特定非営利活動法人 全国コミュニティサポートセンター理事長)

社会福祉法人 全国社会福祉協議会、社会福祉法人 栃木県社会福祉協議会、社会福祉法人 東北福祉会「せんだんの杜」副社長(特別養護老人ホームなどの施設長を併任)を経て、2005(平成17)年7月から現職。

現在、介護等サポート拠点等被災生活支援従事者研修の実施や、「月刊地域支え合い情報」などを発行している。また、宮城県石巻市の委託でグループホーム型、制度外対応型「あがらいん」の運営を受託。宮城県地域支え合い・生活支援推進連絡会議運営委員会 委員など。

元気塾 第1回 (10/19) 受講申込書

フリガナ		※どちらか○ 懇親会	出席 (500円) ・ 講義のみ
申込者 氏名	地区()		
年代	～10代 ・ 20代 ・ 30代 ・ 40代 ・ 50代 ・ 60代 ・ 70代 ・ 80代～		
電話番号			
意気込み・ 要望等	【任意】※第1回以外に、申し込みたい開講日など(裏面参照)		

FAX 0266-79-7093

9/30(土)まで

問合せ先／原村社協

0266-79-7228

ファックスの誤送信にお気を付けください。ご記入頂いた個人情報は、参加受付・連絡のみに使用いたします。

この塾は、ねこの手サービス運営委員会主催・共催の研修会及び、原村社協の地域福祉事業所が企画した研修会、諏訪ブロック社協主催の「諏訪ブロック社協 ボランティア交流研究集会」としてそれぞれ行っているもので、広報企画を原村社協で担当しています。