



# おたっしや 出張講座

健康づくりや介護予防の講師が、皆さまのところへ伺います。会の集まりなどに利用しませんか？

## 申込条件

- ◆対象者：久留米市在住の概ね65歳以上の団体、グループ  
＜以下の場合、申し込みできません＞
  - ①政治活動、宗教活動、営利目的の活動としてみなされるもの。
  - ②苦情や陳情を目的とする場合や、それと思われるもの。
  - ③当講座の目的に反すると思われるもの。
  - ④介護事業所、社会福祉法人、医療法人等の法人・事業所が主催者となって開催されるもの。
- ◆内容：次のページに講座メニューの一覧を掲載しています。
- ◆開催回数：**先着** 150回。1団体につき年間2回まで
- ◆開催時間：土・日・祝休日・年末年始を除く、午前9時30分～午後4時までの間の90分程度
- ◆場所：校区コミュニティセンターなどの市内の公共的施設
- ◆料金：無料(ただし、会場の使用料や使用する椅子・マット類が必要な場合は利用団体で当日準備)

## 申込方法

- ◆申込開始：4月2日(月)から先着順受付
- ◆申込期限：開催日の1か月前まで
- ◆申込み方法：まずは、電話にて申込みください。詳細は、冊子裏面を参照ください。

申込み

公益財団法人 久留米市生きがい健康づくり財団 健康推進課

問合わせ

〒839-0809 久留米市東合川五丁目 8 番 5 号



電話:0942-40-8756

FAX:0942-45-5539





「こげんよか体操」やってみるっば！！

この体操は、椅子に腰かけ、ミニボールを使って行う体操です。  
希望される団体(最大40人まで)には、20分程度の体操を行います



## 申込方法

①まずは電話申込み ☎0942-40-8756

講師との調整を行います。

②講師が決まり次第、担当者より連絡します。

③申込書の提出をお願いします。(FAX または郵送)

(FAX) 0942-45-5539

(郵便)〒839-0809 久留米市東合川五丁目 8 番 5 号

④決定通知書を代表者宛に送付します。  
内容の確認をお願いします。

## お願い

- ・開催日時等がご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください。
- ・特定の講師を指名することはできません。
- ・講義終了後に簡単なアンケートのご協力をお願いします。
- ・地域での介護予防活動推進のため、久留米市地域包括支援センターへの団体情報の提供についてご了承ください。

### 久留米市地域包括支援センター とは？

介護、健康、虐待防止、権利擁護など、高齢者の日常に関する相談や支援を行うところです。さまざまな相談に対応できるように、保健師・主任ケアマネージャー・社会福祉士が配置されていて、行政・介護サービス事業者・地域住民団体などと連携を図って、包括的なサポートを行います。