

自らが認知症予防、そして地域に貢献できる

平成28年度

脳元気 お助け隊

【認知症予防教室 脳げんき集中編】

講習会 参加者募集

脳元気お助け隊(介護予防サポーター)は、自らが認知症予防・介護予防・健康づくりについての知識を習得し、生活の中で実践する方法を学び、町内で行われている介護予防活動を支援するボランティア活動です。

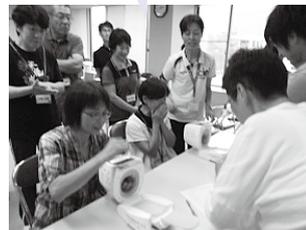
自らも元気になる『脳元気お助け隊(介護予防サポーター)』になってみませんか？

- 対 象 74歳以下の町民の方
※定年退職後、地域に貢献したいと考えている方、大歓迎！！
- 参加費 無料
- 定 員 20人(先着順)
- 場 所 南条保健福祉センター 1階
- 持ち物 筆記用具、内ズック、水分補給用の飲み物
※動きやすい服装でご参加下さい。
- スタッフ 作業療法士・保健師等
今庄老人保健施設 認知症専門医 宮谷 信行 医師
(5月19日(木)、7月28日(木)は、認知症専門医の講義です。)
- 問合せ・申込み 地域包括支援センター(役場保健福祉課内) ☎ 47-8009

脳元気お助け隊(介護予防サポーター)の活動内容

- 町が実施する介護予防事業のお手伝い
- 周囲の方々への認知症予防に関する知識の普及 など

昨年の様子



	日 時	内 容
1	5月19日(木)	【講義】認知症を知ろう！楽しく頭を使ってみよう！ 【実技】脳げんき体操①
2	6月2日(木)	【講義】脳の健康に良いことを覚えてみよう！生活行為を見直そう！ 【実技】脳げんき体操②
3	6月16日(木)	13:30 【講義】脳の健康に良い食べ物を知ろう！口腔ケアを見直そう！ 【実技】脳げんき体操③
4	6月30日(木)	15:30 【講義】ウォーキングを学ぼう！回想で脳を活性化！ 【実技】脳げんき体操④
5	7月14日(木)	【講義】ボランティアについて学ぼう！レクレーションを覚えよう！ 【実技】脳げんき体操⑤
6	7月28日(木)	【講義】教室の振り返り。今後に向けて！ 【実技】脳げんき体操⑥

4月1日付で

地域おこし協力隊を採用しました



中谷 翔 (27歳)
所属
観光まちづくり課

プロフィール 京都府出身、大学卒業後上京し、2年間クラブツーリズム(株)に勤め、その後岐阜県白川村でNPO法人白川郷自然共生フォーラムにて宿泊施設運営業務やガイド業務に従事し旅行会社の経験を活かした実績があります。

活動内容 3年間の任期を終えた荒木隊員が創設した都市と地方の連携で人の流れを作る流動創生事業および移住促進事業に関する活動を、山岸隊員とともに取り組みます。

活動の抱負 東京での送客、岐阜での受入経験はまさに流動創生に繋がるものだと思います。この経験を活かし、都市部と南越前町との繋がりを深めていきたいと考えています。いろいろとお伺いすることやご協力をお願いすることが多くなるかと思いますが、どうぞ宜しくお願いします。