平塚市地域介護予防活動支援事業

講師派遣のお手続き等について



≪対象≫

平塚市内在住の**６５歳以上**の方が中心の団体

（人数制限はありません）

≪費用≫

無料

≪講義時間≫

概ね30分～１時間３０分

≪内容≫

　口腔

高齢者の特性に合ったお口のお手入れの仕方や、誤嚥性肺炎予防のための体操についてお話します。平塚市役所の、**歯科衛生士**が講義を行います。

　栄養

高齢者の栄養や食生活のポイントなどについて、わかりやすくお話します。

ご希望があれば、栄養相談を行うことも出来ます（但し、参加者人数による）。

平塚市役所の、**管理栄養士**が講義を行います。

　運動

平塚市の推進するゴム体操、健康チャレンジ体操の実技指導等を行います。

平塚市役所の、**理学療法士・健康運動指導士**が講義を行います。

≪貸出手順≫

　事前に担当課に電話予約（日程調整）をし、日程を確定したうえで「～講師等派遣申請書」に記入、当課へ提出し予約完了。当日講師が直接サロンへ伺います。

※その他、注意事項がございます。詳しくは市役所ＨＰや窓口にてご確認ください。

【お問合せ先】平塚市健康・こども部保険年金課　TEL：０４６３－７２－７２６６

　認知知症予防の講話・体操（コグニサイズ）等　※高齢者よろず相談センター

地域の高齢者よろず相談センターの、**認知症地域支援推進員**が講義を行います。認知症についての講義や認知症予防体操（コグニサイズ）等を行います。

※詳細については、地域の高齢者よろず相談センター（地域包括支援センター）にお問合せください。