

基本の

介護方法を知ろう

日時■ **8月24日(土)** 10時~12時

場所■ **コスモスタセコホール**

講師■ **介護福祉士**

申込み■ **必要**

無料

~介護のコツを身に付けて
介護の不安を解消~



実際にベッドと車椅子を使って実演しながらお話します。ベッドからの起こし方、オムツの種類、あて方など。

たくさんのご参加お待ちしております。



福祉用具の展示、
あります♪
ぜひご覧ください。

★資料・会場準備の都合上、参加ご希望の方は、お申込みください★

《申込先》長野市地域包括支援センターコスモス TEL: **284-2166**

変更になることもありますので、
お気軽にお問い合わせください。

令和元年度 介護教室（予定）

日時	内容(タイトルは仮)	講師
10月10日(木)14:30~	食べる力を鍛えよう～栄養～	管理栄養士
11月16日(土)	脳と体をきたえよう	健康運動指導士等
12月14日(土)	体を使って認知症予防	健康運動指導士
1月18日(土)	入所施設について知ろう	地域連携室職員
3月14日(土)	音楽療法	音楽療法士

【費用】すべて無料 【時間】10時～12時頃（10月除く） 【場所】コスモスタセこホール

【申込み：問い合わせ先】長野市地域包括支援センターコスモス TEL284-2166

お申込み

1. 資料、会場準備等の都合上、お申込み下さい。
2. 悪天候(台風・大雪等)により、やむを得ず教室を中止とさせていただきます場合もあるため、お申込みの際お電話番号をお聞きしますが、それ以外に使用しませんのでご理解・ご承知おき下さい。
3. 日時、内容、会場、講師等、都合により変更になる場合がありますので、毎月のチラシをご確認いただくか、当センターまでお気軽にお問い合わせ下さい。

～会場 ごあんない～

🚌 路線バス (バス停) でお越しの方

*松代線(長野駅→松代高校)

「小島田バス停」下車、徒歩 約4分

*松代線(松代高校→県庁前)

「コスモスバス停」下車、徒歩 約6分

外観



〒381-2212 長野市小島田町 449