

令和5年度 出前講座  
出張します！ますます元気に 楽しいシニアライフを

【内容】あなたの地域に講師が出向き、介護予防の講話や実技等を行います。（転倒予防、認知症予防、むせ予防等）

【講師】リハビリ専門職、管理栄養士、健康づくりリーダー

【受講料】無料

【対象】市内のおおむね60歳以上の方で、参加者10名以上の団体

【備考】・申し込みは1団体につき年1回のみ

- ・講師の指導は屋内になります
- ・駐車場の確保をお願いします
- ・手指消毒・健康状態の確認など感染防止策を実施します
- ・必要時マスク着用を依頼する場合がございます



【派遣日時】

9月1日(金)～令和6年3月29日(金)の月～金曜日（祝日を除く）

午前9時～午後4時30分 時間は60～90分

【申し込み方法】

6月1日(木)～7月28日(金)までに、申込書(右ページ)を記入し、

一宮市高年福祉課へ提出（郵送・FAX・電話 可）**先着順**

※講師等と日時の調整の結果、代表者に決定通知を送付します。

（講師の調整に1ヵ月程度時間を要する場合がございます）

※「希望日時」が「派遣日時」と合っているか、開催会場の住所などの記入漏れがないかを確認して提出してください。

【申し込み先・問い合わせ先】

一宮市高年福祉課 地域支援グループ

住所：〒491-8501

一宮市本町2丁目5番6号

FAX：73-1019 電話：28-9151（直通）



切り取り線

(控)	第1希望日時	令和 年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
	第2希望日時	令和 年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
	第3希望日時	令和 年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
	内容	講師
	1. リズム体操・ストレッチ等 2. 転倒予防の話と簡単な体操 3. 痛みの話と簡単な体操 4. 認知症予防の話と簡単な体操 5. むせ予防の話と簡単な体操 6. 骨粗鬆症予防と簡単な体操 7. 栄養についての話	1 健康づくりリーダー  2～6 リハビリ専門職  7 管理栄養士

令和5年度 出前講座

「出張します！ますます元気に楽しいシニアライフを」申込書



(あて先) 高年福祉課長 令和5年 月 日 No.

(おでかけ広場、ふれあい・いきいきサロン、老人会、その他)

団体名： \_\_\_\_\_

代表者住所： 〒 \_\_\_\_\_  
一宮市 \_\_\_\_\_

(ふりがな) \_\_\_\_\_  
代表者氏名： \_\_\_\_\_

代表者電話番号： \_\_\_\_\_



出前講座「出張します！ますます元気に 楽しいシニアライフを」を開催したいので、次のとおり申し込みます。

第1希望日時	令和 年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
第2希望日時	令和 年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
第3希望日時	令和 年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
開催会場名	(住所 _____)
マイク	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
駐車場	<input type="checkbox"/> 有 ( )台 <input type="checkbox"/> 無
*希望の内容に○をつけてください。 (下記より1つのみ)	
<講師>	
1. リズム体操・ストレッチ等 2. 転倒予防の話と簡単な体操 3. 痛みの話と簡単な体操 4. 認知症予防の話と簡単な体操 5. 「むせ予防」の話と簡単な体操 6. 骨粗鬆症予防と簡単な体操 7. 栄養についての話	1は、健康づくりリーダー  2～6はリハビリ専門職  7は管理栄養士