

令和 7 年度 第 3 回家族介護教室



元気な“今”から取り組む介護教室

～ 家族に介護を受けないための体力づくり、認知症予防～



日時：令和 7 年 12 月 26 日（金）13:00～

場所：安芸津文化福祉センター（安芸津社協）2階会議室

講師：安芸津地域包括支援センター 療法士 岩本貴宏 氏

「まだ元気だから大丈夫」——そう思っていないですか？

介護予防は、“介護が必要になってから”ではなく、“今この瞬間から”始めることが大切です。今回の介護教室では、フレイルや認知症の基礎知識、身体を動かすことの重要性など、これからの生活をより健やかにするためのポイントを、安心して理解できる内容でお届けします。

📞 お問い合わせ・お申込み

特別養護老人ホームあきまろ園

0846-45-5600（担当：見崎）