

# 令和6年度出前講座申込書

大仙市長 様

**記入例**

次のとおり出前講座を申込みます。

申込年月日 令和 年 月 日

団体名または地区名	〇〇町内会		
代表者名	大仙 花子		
代表者住所	〒014-8601 大仙市大曲花園町1-1		
担当者名	大仙 太郎	〔電話番号 0187-63-1111〕	

**【希望内容】**

実施予定日の1ヶ月前まで  
にお申込みください。

実施日	第1希望：	令和 年 月 日 ( )	令和 年 月 日 ( )
	時間 時 分 ~ 時 分	時間 時 分 ~ 時 分	時間 時 分 ~ 時 分
会場	〇〇会館	対象者及び 予定人数	計10人 (男性3人・女性7人) 年齢層： 歳~ 歳位
内容 希望する 講座番号 を○で囲 んでくだ さい。	1. 健康で長生きの秘訣 (フレイル予防)		
	2. シニア世代の栄養や食事		
	3. お口の健康づくり		
	○ 4. 備えよう! 認知症		
	5. 転ばない体づくり・楽しいレクリエーション		
	6. 健康おうえん手帳を活用してみよう		
	7. 高齢期のこころの健康づくり		
	8. 季節に合わせた健康づくり (熱中症、ヒートショック、風邪予防など)		
	○ 9. 高齢者包括支援センターってどんなところ?		
	10. 知って安心! 介護保険		
	11. どうする? 老後の金銭管理		
	12. 高齢者生活支援サービスについて		
	13. 在宅療養について		
	14. もしもの時のためにあなたが望む医療やケアについて		
( ). 健康相談 ※希望の場合のみ、○をしてください。			
◎その他ご希望の内容がありましたら、ご記入ください。 〔 例: タオル体操も行いたい 〕			

\*実施日は調整させていただく場合があります。