

令和7年度出前講座申込書

大仙市 高齢者包括支援センター 様
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	
代 表 者 名	
代 表 者 住 所	〒
担 当 者 名	〔 電話番号 〕

【希望内容】

実施日	第1希望：	第2希望：	
	令和 年 月 日 () 時間 時 分 ~ 時 分	令和 年 月 日 () 時間 時 分 ~ 時 分	
会 場		対象者及び 予定人数	計 人 (男性 人・女性 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. 認知症について		
	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. 知って安心！成年後見制度		
	12. 高齢者生活支援サービスについて		
	13. もしもの時のためにあなたが望む医療やケアについて		
	★14. 健康おうえん手帳を活用したフレイル予防		
	★15. 栄養（食事）とお口の健康づくり		
★印（14～15は複数のメニューを組み合わせた90分の内容です）			
◎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			

【職員記入欄】

団体の長 様

決定連絡票

実施可否	可・不可
日時	令和 年 月 日 () 時間 時 分 ~ 時 分
内容	
派遣職員	