

# 2025(令和7)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。

【対象】 市内のおおむね60歳以上の方で、参加者10名以上の市民主体の団体  
 ※施設入所者や介護保険サービス（デイサービスなど）利用者は除く

【派遣日時】

**9月1日(月)～2026年3月31日(火)の月～金曜日（祝日を除く）**  
**午前9時30分～午後4時30分 時間は60分～90分**

【備考】 ・申し込みは1団体につき年1回のみ  
 ・2台分の駐車場の確保をお願いします

【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

【申し込み方法】

**6月2日(月)～7月25日(金)までに、申込書(右ページ)を記入し提出**  
 (郵送・FAX可) または下記二次元コードよりお申し込みください。

**先着順**

なお、**申し込み期間終了以降のお申し込み希望については直接ご相談ください。**

※講師等と日時調整の結果、代表者に決定通知を送付します。

(申し込み後、講師の調整に1カ月以上時間を要する場合がございます)

【申し込み先・問い合わせ先】

一宮市役所 高年福祉課 地域支援グループ（市役所2階27番窓口）

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）



↑申し込み

(控)

第1希望日	年 月 日 ( )	時 分～ 時 分
第2希望日	年 月 日 ( )	時 分～ 時 分
第3希望日	年 月 日 ( )	時 分～ 時 分
番号	内容	講師
1	ストレッチ・リズム体操等	1 健康づくりリーダー
2	転倒予防の話と簡単な体操	2～6 リハビリ専門職
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	7 管理栄養士
6	骨粗鬆症予防の話と簡単な体操	
7	低栄養を防ぐ食事の話	

# 2025 (令和7)年度 出前講座

FAX 73-1019

## 「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

申込日：2025年\_\_月\_\_日

団体名	(おでかけ広場、ふれあい・いきいきサロン、老人会、その他) いずれかに○
フリガナ 代表者氏名	
フリガナ 代表者住所	〒 一宮市
電話番号	※日中つながる番号を記入してください
希望内容	番号 ( ) 内容 ( )
第1希望日	年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
第2希望日	年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
第3希望日	年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
参加予定人数	( ) 名 ※予定より人数が5人以上多くなる場合には、講座1週間前までに高年福祉課までご連絡ください。
開催会場名	会場名： 会場住所：一宮市
会場設備	エアコン <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし 椅子 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし 床 <input type="checkbox"/> フローリング <input type="checkbox"/> 畳 <input type="checkbox"/> その他 ( )
駐車場	2台分の駐車場 <input type="checkbox"/> 会場併設の駐車場 <input type="checkbox"/> その他 ( 駐車場所： )
備考欄	例) マイクを借りたい等

きりとり