

身近な高齢者あんしんセンターで
聞いて得する介護予防の話

9月 家族介護教室

【高齢者あんしんセンター】
(八尾市地域包括支援センター)



八尾市では、地域の高齢者の身近な相談窓口である「高齢者あんしんセンター(八尾市地域包括支援センター)」で、さまざまな内容の家族介護教室を開催しています。家族介護教室は、高齢者を介護されている方や介護に関心をお持ちの方々が、介護の中でいろいろな課題を学習したり、介護者同士の情報交換の時間を持つ事で、日頃の不安や疑問を解消されることを目的としています。一度、参加してみませんか。
※参加時は、動きやすい服装、飲み物、タオル等をお持ちください。

八尾市在住で、家族等の介護をしている方 申込:9月1日～

日付	時間	テーマ 内容等	開催場所	実施機関名 申込先
9月11日(金)	13時30分から 15時30分	「理学療法士による 腰痛予防講座」 電話受付 前日まで申し込み可能 動きやすい服装 飲み物持参 定員40人	社会福祉会館 2階 集会室 (本町2-4-12)	成法中学校区 高齢者あんしんセンター 長生園 電話:072-991-0182 FAX:072-991-1523
9月16日(水)	14時00分から 15時30分	「睡眠の話とベジチェック」 睡眠についてのお話と ベジチェック 定員20人程度(当日先着順) 事前予約なし 動きやすい服装、飲み物持参	弥生会館 (八尾市沼2-47)	大正中学校区 高齢者あんしんセンター あおぞら 電話:072-948-8222 FAX:072-948-3566
9月18日(金)	14時00分から 15時30分	「認知症の話」 認知症についてのお話 定員15人程(申込順) 電話で受付 ※キャンセルの場合、要連絡	サポートやお 2階 会議室 (青山町4-4-18)	曙川中学校区 高齢者あんしんセンター サポートやお 電話:072-925-1199 FAX:072-925-1223