

# 令和6年度 自分力アップ応援プログラム

生き生きとした毎日をおくりたい！  
心も体も健やかに過ごしたい！

地域の役に立ちたい！  
今の活動をレベルアップさせたい！



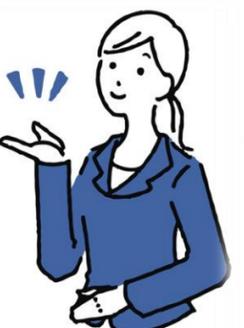
そんなあなたを応援します！

お好きな時にお好きなプログラムを受講できます！  
興味のある講座をレッツトライ！！

	日時	内容	講師
1	5/24 (金) 13:30~14:30	災害時でもフレイル予防	山口県東部ヤクルト販売株式会社
2	7/19 (金) 13:30~15:00	地震から命を守る ～災害に備えて今すること～	廿日市市総務部 危機管理課 減災推進係 三浦 勇二さん
3	9/13(金) 13:30~15:30	災害時高齢者生活支援講習 (救急救命講習)	日本赤十字社広島県支部
4	11/29 (金) 13:30~15:00	認知症サポーター養成講座 ～災害時の認知症の人や 家族への支援について～	キャラバン・メイト
5	1/24 (金) 13:30~15:00	災害時の詐欺被害防止について	消費生活センター

・定員 20人  
・受講料無料  
・詳しくは  
お問い合わせください  
【問合せ・申込み】  
廿日市市社会福祉協議会  
大野事務所  
TEL 0829-55-3294

ご連絡  
お待ちしております！



会場：大野支所3階 研修室 ※ 日時、会場、内容は予告なく変更することがあります。

# 申込用紙

参加を希望する講座No.に○を付けてください

No.	日時（予定）	内 容	参加 希望日
1	5/24（金） 13:30～14:30	災害時でもフレイル予防	
2	7/19（金） 13:30～15:00	地震から命をまもる ～災害に備えて今すること～	
3	9/13（金） 13:30～15:30	災害時高齢者生活支援講習 （救急救命講習）	
4	11/29（金） 13:30～15:00	認知症サポーター養成講座 ～災害時の認知症の人や 家族への支援について～	
5	1/24（金） 13:30～15:00	災害時の詐欺被害防止について	

※ 日時、講座内容は予告なく変更することがあります。

※ 定員に達し次第締め切ります。

お 名 前	
住 所	
電 話 番 号	
所 属 団 体	

申込先：廿日市市社会福祉協議会 大野事務所  
TEL 0829-55-3294 FAX 0829-55-3275