

あなたの特技を生かして

介護予防事業の「講師」をしてみませんか？

地域に貢献したいなあ…

いろいろな人と交流したい！

自分の特技はあるけど、教えるほどでも…

地域包括支援課では、介護予防教室や地域づくりの一環である「通いの場」等において講師をしていただける方を募集しています。65歳以上の方、未経験の方、大歓迎です！



ヨガインストラクターとして講師をしてみて、参加者の皆さんと一緒に楽しい時間を過ごせました。

人前で講師をするのは初めてのことで不安もありましたが、皆さん快く受け入れてくれました。

講師をすることもそうですが、皆さんとお話することも楽しんでいます。

(講師：佐藤 京末)

地区の健康講座
で活躍する講師（左写真）

募集内容…下記に該当するような内容の指導や助言を行います（1回につき1～2時間程度）

カテゴリー	内 容	資 格 な ど
運 動	ヨガ、ストレッチ、健康ダンス、健康体操など	理学療法士、作業療法士、健康運動指導士、インストラクター等の資格をお持ちの方、実技指導の経験をお持ちの方
栄 養	健康長寿に役立つ栄養のお話、簡単料理の指導など	栄養士、管理栄養士の資格をお持ちの方
口 腔	お口の健康に関する講話や実践指導	歯科衛生士の資格をお持ちの方
ものづくり	裁縫、編み物、手先を使う作業の指導	特にありません。 *必要な材料等はこちらで準備します。
デジタル関連	スマートフォン、インターネット、Zoomの使い方についてなど	特にありません。
上記のほか、介護 予防に資するもの	自身の経験談から介護予防につながるコツのお話、論語、代々受け継がれてきたレシピの紹介など	特にありません。 *必要な物品等はこちらで準備します。

条件…会場までの移動がご自身でできる方
*交通費込みの謝礼をお支払いします。

興味のある方はお問い合わせください。日程調整の上、面談を行います。
問い合わせ先…地域包括支援課 内線2464

