

介護予防
講座

徹底！転ばない足づくり

～自分で出来る転倒予防～

「最近、転びやすくなった」と感じている方はいませんか？転ばない体は、まず健康な足づくりからです。自分の体と足の癖を知り、転倒しにくい姿勢、歩き方を身につけましょう！また、転倒を予防するための靴の選び方、履き方などについても一緒に学びましょう！

***実技あり** ***動きやすい服装でお越しください。**

日時 平成31年 4月12日(金) 13:30 ~ 16:00
 場所 愛媛県在宅介護研修センター (松山市末町甲9-1)
 定員 30名 [応募者多数の場合は抽選にて受講者を決定いたします。]
 対象 愛媛県民一般 (介護職等専門職の方も受講できます。)
 実費 400円
 講師 オートテックシューマスター・FSI公認フスプレーガー
 ㈱日本ウォーキング協会公認ウォーキング指導者 **御堂 正江 先生**
 申込方法 電話・FAX・ホームページから
 申込締切 平成31年3月12日(火) 午前9時まで受付

*** 申込み状況により、受付締切日以降でも受講可能な場合があります。受付状況につきましては、当センターへお問い合わせいただくか、またはホームページでご確認ください。**



“みんなで学ぼう介護のいろは”

＜お問い合わせ先＞
愛媛県在宅介護研修センター
 (愛称：愛ケア)

TEL：089-914-0721 FAX：089-914-0732

(ホームページ) <http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/>

- ◆無料駐車場有 (40台)
- ◆公共交通機関ご利用の際は…
 - 伊予鉄道バス 52番線「湯山」「湯の山ニュータウン」行きのりば [JR松山駅では ③ / 伊予鉄松山市駅では ⑦]
 - 停車駅 「食場」バス停 (バス停より徒歩 約3分)

【当センターの周辺図】



受講申込票

申込年月日 年 月 日

受講希望の講座名	徹底！転ばない足づくり ～自分で出来る転倒予防～	受講日	H31.4.12(金)
ふりがな		事業所名	
氏名		団体名	
		職業	
受講票送付先	(自宅・事業所) ※どちらかに○をつけてください	電話番号	
送付先住所	〒		

★以前に愛媛県在宅介護研修センターで研修を受講したことがありますか？ (はい・いいえ)

- * 同一事業所から多数お申し込みの場合、申込票1枚につき2名以内のご記入をお願いいたします。
- * 講座受付終了後抽選し、当選された方(受講いただける方)には2週間以内に受講票を郵送いたしますが、受講の可否をお知りになりたい方は、直接 当センターまでお問い合わせ下さい。
- * 受講申込票にご記入いただいた個人情報は、当センターが責任を持って管理いたします。