

# 「とっとり方式認知症予防プログラム」 サポーター養成研修会

コロナ禍で外出自粛や活動自粛などで体力低下や認知機能の低下が心配される中、フレイル予防・認知症予防として「とっとり方式認知症予防プログラム」に取り組むためサポーター養成研修会を開催します。

## 【鳥取市】

8月 4日(木)

鳥取市民文化センター  
多目的室  
鳥取市幸町7-1  
TEL: 0857-59-6132

## 【倉吉市】

8月10日(水)

倉吉福祉センター  
大会議室  
倉吉市福町1-1-20  
TEL: 0858-22-5248

## 【岩美町】

9月13日(火)

岩美町中央公民館  
研修室3、4、5  
岩美町浦富1038-6  
TEL: 0857-72-0510

## 【八頭町】

11月 4日(金)

郡家老人福祉センター  
大集会室  
八頭町宮谷254-1  
TEL: 0858-72-0021

## 【米子市】

1月26日(木)

米子市文化ホール  
イベントホール  
米子市末広町293  
TEL: 0859-35-4171

老人クラブ活動や  
サロンなどで  
やってみてね。

【開催時間】午後1時30分から午後3時30分

【参加費】無料

【参加者】各会場30人程度

地域のリーダーとなる高齢者等、公民館・社協・地域包括支援センター等の職員等

【講師】鳥取県作業療法士会

【申込先】鳥取県老人クラブ連合会 TEL0857-59-6351 FAX0857-59-6340

すでに地域の活動等で  
運動や体操を行っている  
方は、知的活動を取り  
入れてみませんか

レクリエーションなど  
をされている方は、  
運動と一緒に行うと  
効果的です

グループで「知的活動」  
について考え、地域で取  
組むための力をつける  
内容となっています

「とっとり方式認知症予防プログラム」は、身体機能と認知機能、両方の機能予防が組み合わされた医学的効果が立証されたプログラムです。

主催：(公社)鳥取県老人クラブ連合会

協力：鳥取市老連、倉吉市老連、岩美町老連、八頭町老連、米子市老連



# 「とっとり方式認知症予防プログラム」 サポーター養成研修会 参加申込書

市町村

団体名・氏名

申込会場：

- ・新型コロナウイルス関連の情報提供のため、団体で申込みされる場合は、参加者連絡先の把握をお願いします。
- ・個人で申込みされる場合は、連絡先を記入してください。

| NO | 氏 名 | 所属先名または、<br>住所 | 電話番号 |
|----|-----|----------------|------|
| 1  |     |                |      |
| 2  |     |                |      |
| 3  |     |                |      |
| 4  |     |                |      |
| 5  |     |                |      |
| 6  |     |                |      |
| 7  |     |                |      |

- ・当日、熱がある方や体調が優れない方は、参加を御遠慮ください。
- ・当日は、マスクの着用をお願いします。

## ★個人情報の取り扱いについて

申込用紙に記載された個人情報は、参加者名簿の作成等、本研修会の運営管理の目的にのみ使用し他の目的で使用することはありません。