

令和7年度
受講生
大募集！
受講料無料

介護予防・生活支援サポーター 養成講座

『退職して、これから何をしようかな？』『すき間時間に地域での活動をしてみたい！』など
一緒に学んでみませんか？

「いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けたい！」
という想いに寄り添う“サポーター”として活動してみませんか？



第1回
全 3 日間

日にち	7/29 (火) 8/7 (木) 8/19 (火)
時間	13:00～16:10
会場	久代分館 (総社市久代4482-1)



第2回
全 6 日間

日にち	10/17、10/24 11/7、11/14 11/21、12/5 ※すべて金曜日
時間	12:40～14:10
会場	岡山県立大学 学部共通棟(北) 8105講義室 (総社市窪木111)

※詳しい講座の内容、お申込みについては
裏面をご覧ください。

上記いずれかの日程をご受講ください。組み合わせての受講も可能です。

講座修了後の活動の例

①にこにこサポーター

高齢者等の“ちょっとしたお困りごと”のお
手伝いをさせていただくサポーターさんです。
活動は様々ですので、ご都合・内容に合わせて
活動いただけます。
※活動費:400円/1時間、を支給します。



②地域の支え合い活動

身近な地域の住民の方々が取り組まれ
てる活動をご紹介します。
(例)ふれあいサロン、百歳体操、
ボランティア活動 等



その他、皆様の“やってみたい”
を生活支援コーディネーターが
お手伝いします！



【お問い合わせ】

〒719-1131 総社市中央一丁目1番1号(市役所 2階)
社会福祉法人 総社市社会福祉協議会 地域共生推進課 地域福祉係
☎0866-92-8552 FAX0866-94-0089
✉chiiki@sojasyakyo.or.jp



主催:総社市、総社市社会福祉協議会 共催:岡山県立大学

介護予防・生活支援サポーター養成講座 開催日程

夏季講座(第1回)

1日の時間は13:00～16:10を予定しています。(1日**2**講座)

7月29日(火)	①総社市の現状・取り組みを知ろう！，オリエンテーション
	②認知症について学ぼう！
8月7日(木)	③高齢者の暮らしを知ろう！
	④地域の支え合い活動を知ろう！
8月19日(火)	⑤コミュニケーションの手法を学ぼう！
	⑥私たちにできることを考えよう！，修了式

秋季講座(第2回)

1日の時間は12:40～14:10を予定しています。(1日**1**講座)

10月17日(金)	①総社市の現状・取り組みを知ろう！，オリエンテーション
10月24日(金)	④地域の支え合い活動を知ろう！
11月7日(金)	③高齢者の暮らしを知ろう！
11月14日(金)	②認知症について学ぼう！
11月21日(金)	⑤コミュニケーションの手法を学ぼう！
12月5日(金)	⑥私たちにできることを考えよう！，修了式

～介護予防・生活支援サポーター養成講座 申込書～

申込締め切り：夏季講座 7月18日(金) 秋季講座 10月10日(金)

フリガナ		生年 月日	昭和・平成	
氏 名			年	月 日
住 所				
電話番号				
参加する日程 (○をつける)	夏季講座 7月29日(火) 8月7日(木) 8月19日(火)			
	秋季講座 10月17日(金) 10月24日(金) 11月7日(金) 11月14日(金) 11月21日(金) 12月5日(金)			

※夏季・秋季の講座を組み合わせ受講できます。(例.夏季の1, 2日目と秋季の5, 6日目等)

※ 参加の難しい講座がある場合は、あらかじめご相談ください。

※ 会場変更等のご連絡をさせていただく場合がありますので、電話番号は**必ず**ご記入ください。

※ お申し込みは電話、FAX、メール、窓口持参にてお願いします。

※ 申込書に記載の個人情報については、本講座の参加に関する目的のみに使用いたします。