



# アカデミアだより 76号

令和4年10月号

令和4年10月1日発行 発行責任者 眞部 昌之 浦安市介護予防推進事業

## アカデミア活動スタッフ大募集

浦安介護予防アカデミアは、浦安市(高齢者包括支援課)と連携し市内の高齢者の介護予防推進事業として、現在8つの班で毎月活動を展開しています。浦安の高齢者介護予防に関心のある方、こんな活動に参加してみたいと思われる方、経験・知識は不要です。元気で明るく前向きに取り組んで頂ける方大歓迎です。地域デビュー・居場所作り・友達作り、新しい道が開けるかも!! スタッフ一同、ご応募お待ちしております。

**ウォーキング班** 楽しく歩いて元気ハツラツ!!



**脳トシ班** 楽しく脳を活性化!!



**スクエアステップ班** 歩く脳トシ記憶力・集中力の維持を!!



繰り返しステップを踏む事で記憶力・集中力・空間認知力を鍛えます

**体操班** おたっしゃ体操教室でいつもはつらつ!!



**栄養班** 健康維持と認知症予防の為に料理を!!



**口腔班** 元気なお口は健康の入り口 



**傾聴班** 寄り添って、一緒に考えてお互いが元気に!!



**総務班** アカデミアの運営業務・会計・広報 etc...

バス旅行など会員の親睦を深める為の行事等も企画:



お問合せ・お申込み : 浦安介護予防アカデミア ☎047-352-9684 <眞部>  
介護予防推進事業に関するお問合せ : 浦安市高齢者包括支援課 ☎047-712-6389