年　　　月　　　日

令和７年度　稲沢市介護予防事業**「フレイル＆認知症予防出前講座」**申込書

|  |  |
| --- | --- |
| 団　体　名 |  |
| 代表者名(連絡窓口) |  |
| 住　　　所 | 〒　 　－　 　　稲沢市 |
| 電 話 番 号 | (平日昼間につながりやすい番号) |
| 希　望日時 | １回目 | 第１希望 | 令和　　年　　月　　日(　　) | ：　　　～ 　　： |
| 第２希望 | 令和　　年　　月　　日(　　) | ：　　　～ 　　： |
| ★全２回の講座内容**３，７**を選んだ場合は、２回目の欄もご記入ください（１回目から**２か月以上**空けてください） |
| ２回目 | 第１希望 | 令和　　年　　月　　日(　　) | ：　　　～ 　　： |
| 第２希望 | 令和　　年　　月　　日(　　) | ：　　　～ 　　： |
| 開催場所 | 会　場　名 | （申込者が確保してください） |
| 所　在　地 | 稲沢市 |
| 設　　　備 | 設備の有無について〇をつけてください講師用駐車場１台分（有・無）駐車場場所→　　　　　　　　　　　椅子（有・無） 長机（有・無）黒板又はホワイトボード（有・無） |
| 受講予定人数(１０人以上３０人まで) | 　　　　人　　※年代別はおおよその数をご記入ください（６０代　　　人、７０代　　　人、８０代以上　　　人） |
| ご希望の講座（希望する内容に　**１つ**　〇をつけてください） |
| １ | フレイル予防～入門編～**楽しく学ぼう！フレイル予防！** | ５ | フレイル予防～栄養編～**フレイル＆便秘予防に効果的な食生活を学ぼう！** |
| ２ | フレイル予防～運動編～**仲間と一緒に脳トレ・****フレイル予防体操！** | ６ | フレイル予防～口腔編～**お口元気で100年時代！****美味しく食べよういつまでも！** |
| ３ | フレイル予防～運動編～　　★全２回**仲間と一緒に目指そう！****全身の筋力UPコース**　 | ７ | フレイル予防～口腔編～　　★全2回**元気なお口は、若さの秘訣！****お口の筋トレコース** |
| ４ | フレイル予防～栄養編～**毎日の食事から学ぶ健康長寿＆****災害時に役立つポイント♪** | ８ | 認知症予防**仲間と一緒に脳トレ！****楽しく学ぶ認知症予防** |

**（申込先）　稲沢市役所　高齢介護課　長寿グループ　電話：０５８７－３２－１２９３**

**ＦＡＸ：０５８７－３２－８９１１**