

『サロン講師』内容一覧

◇健康のこと 講師：保健師、看護師、薬剤師、歯科衛生士、栄養士

- ・健康の話（健康寿命・フレイル・感染症・熱中症・食中毒など）
- ・血圧測定 ・簡単な体力測定 ・認知症について ・睡眠について
- ・お口のこと（口腔ケア・健口体操）・栄養について ・お薬について

◇レクリエーション 講師：レクインストラクター、ボランティア、健康運動指導士など

- ・健康体操 ・3B体操 ・笑いヨガ ・認知症予防体操やゲーム
- ・手品 ・手芸 ・小物作り ・折り紙 ・紙芝居 ・書道
- ・読み聞かせ ・芳香療法（介護アロマ）・リンパケアストレッチ

◇音楽月 講師：演奏ボランティア

- ・アコーディオン ・キーボード ・ギター ・三味線 ・大正琴
- ・ハーモニカ ・オカリナ ※みんなと一緒に歌いましょう♪

◇その他の講話 講師：警察署、消防署、防災士、環境教育アドバイザー、お金に関する専門家、終活アドバイザー

- ・交通安全について ・詐欺等被害防止について ・防災について
- ・終活について ・お金（年金・税金・相続・家計）に関すること
- ・環境について（温暖化・ゴミ問題・食品ロスについてなど）



社会福祉法人
豊後大野市社会福祉協議会

*** 申込方法・お問合せ先 ***

1ヶ月～2週間前までにお申し込みください。

講師の都合によっては、日程の調整ができない場合もあります。講師メニューの利用は、年度あたり

3回を限度とします。

社協本部 ☎ 0974-22-6677 または 各支部まで