

からだの話

もしもの備え

楽しく体操



令和7年度「無料出前講座」の御案内

申込方法

- 1 別紙の「無料出前講座の一覧」から、希望する講座をお選びください。
- 2 希望する講座が決まったら、裏面「申込書」に必要事項を記入してください。希望日時を記入する際は、必ず下記注意事項をお読みください。
- 3 申込書の記入が終わりましたら、三条市役所高齢介護課に申込書をお持ちいただくかFAXを送信してください。
後日、講座の担当者から、電話又は通知が届きます。

提出先：三条市役所 地域包括ケア推進課
(FAX 47-1376)

申込期限：「食事のおはなし」「お口のおはなし」の講座
令和7年4月1日まで

それ以外の講座

随時受付（講座希望日の1か月前）

<注意事項！>

- 出前講座が依頼できる日時等

令和7年4月から令和8年3月までの間（一部7月からの講座があります）

日時は、平日の午前10時から午後4時までの間

ただし、土日祝日や上記時間以外を希望の場合は、ご相談ください。

- 原則、各講座の利用回数は、年間1回です。

- 申込多数の場合は、御希望に添えない場合がありますので御了承ください。

問合せ

三条市 地域包括ケア推進課 地域包括ケア総合推進センター
TEL:47-1375

どの講座がよいか悩んでしまう、申込みの方法が分からない など
困ったことがあれば、下記連絡先の「生活支援コーディネーター」にご相談ください！



	担当地区	連絡先	担当者
地域包括支援センター嵐北	第二・第三中学校区	36-0620	高山
地域包括支援センター嵐南	第一・本成寺中学校区	36-5001	阿部
地域包括支援センター東	第四・大崎・大島中学校区	38-4455	松平
地域包括支援センター栄	栄中学校区	45-7600	小越
地域包括支援センター下田	下田中学校区	46-3193	若桑

令和7年度「無料出前講座」申込書

サロン・サークル用

▼ 該当箇所に○を付けてください。

団体の名称				ふれあいいきいきサロン	
				さんちゃん健康体操サークル	
代表者 連絡先	氏名				
	住所	三条市 (電話番号 -)			
会場	名称				
	所在地	三条市	用意できるもの	テレビ・DVDプレーヤー	
参加予定人数	人	開催時間	午前・午後	時	分から

■ 希望する出前講座に○を付け、希望日を記入してください。

講座名 (希望する講座に○)		希望日		備考
		第一希望	第二希望	
食事のおはなし ※7月から開始		月 日()	月 日()	5月頃に 決定通知を 送付します。 【受付締切】 4月1日
お口のおはなし ※7月から開始		月 日()	月 日()	
在宅医療・介護の おはなし		月 日()	月 日()	後日、担当が 連絡します。 随時受付
フレイル予防の おはなし		月 日()	月 日()	
意外に知らない 空き家の話		月 日()	月 日()	
地域支え合いの おはなし		月 日()	月 日()	
さんちゃん健康体操 出前講座		月 日()	月 日()	
認知症出前講座		月 日()	月 日()	
セカンドライフ 応援出前トーク		月 日()	月 日()	
消費生活出前講座		月 日()	月 日()	
心と体いきいき講座		月 日()	月 日()	