

3 出前講座・学習の紹介

積極的に活用しよう!!

現代は、さまざまな面において価値観が多様化しており、一つの物事に対する正解は必ずしも一つではありません。物事に対し近視眼的になるのではなく、広い視野を持ち、状況に応じた判断や物事の背景にある事柄も含めた考察が必要となります。

「人生 100 年時代」と言われる昨今、地域の活動に参加する等、「元気な高齢者」が増えています。いつまでも体とこころの健康を維持するための取り組みの一つとして出前講座を活用しましょう。



出前講座・学習

番号	団体名	内容	場所	費用	備考	問合せ先
1	安曇野市協働のまちづくり出前講座	市民向けに市の施策や制度について職員が説明します。	安曇野市内	無料	※要事前申し込み(概ね1か月前まで)	0263-71-2494 (地域づくり課)
2	社協出前講座	支えあい助け合う社会の構築を目指し、市民の皆さんが主体的にまちづくりに参画するための学びの場です。	安曇野市内	無料	※要事前申し込み(概ね1か月前まで)	0263-72-1871 (社会福祉協議会)
3	あづみの活躍カレッジ(朗人大学)講座	高齢者の皆さんが仲間づくりの輪を広げながら新しい知識や技術を身につけ、積極的に社会活動に参加していただくための講座です。 講座内容 教養講座、技能講座など(5月から翌年3月) 対象者 60歳以上の受講意欲のある人	安曇野市内	受講料金 資料代として年間5,000円(教材費等が別途必要になります)	定員 80人(毎年3月頃に参加者の募集をします)	0263-72-1871 (社会福祉協議会) 0263-71-2254 (高齢者介護課 長寿福祉係)
4	安曇野市認知症サポーター養成講座	認知症を正しく理解し、身近に認知症の人がいたときにはそっと見守る、そっと手助けするなど、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者(認知症サポーター)です。関心のある方なら、どなたでもなることができます。	安曇野市内	無料	※要事前申し込み(開催希望日の2か月前まで)	0263-71-2474 (高齢者介護課 包括支援担当)
5	NPO法人あんしんあんしんセミナー	セミナー・共感の場・農業相談	地域支え合いセンターあんしん	会員 600円/回 一般1,200円/回	5~12月 土曜日 10:00~ 11:45	0263-71-2828
6	安曇野赤十字病院	地域の皆さまの健康増進に貢献するため、職員を講師として派遣して出前講座を開催いたします。 出前講座テーマ一覧は安曇野赤十字病院HPまたはお問い合わせ先までご連絡ください。	原則、安曇野市及び近隣市町村(松本市、筑北村、麻績村、生坂村、松川村、池田町)	一般の方は講習費無料(教材など一部負担の場合有り) 事業所については講習費5,500円/回	※要事前申し込み(概ね2か月前まで) ※お申込者には、会場の確保と受講者の募集・受付をお願いします。	TEL0263-72-3170 FAX0263-72-2314 (安曇野赤十字病院 総務課)
7	相澤地域在宅医療支援センター安曇野	介護保険や病気、運動などの、日頃から気になる・興味があることについて、講義や運動教室を行います。 ケアマネジャーやリハビリセラピスト、介護士、看護師などの専門職が出向き、皆さんの健康管理をお手伝いします。	原則、安曇野市内(他地域は要相談)	無料(会場は申込者をご準備ください)	・電話にて事前申し込み ・講座開催可能日は平日9:00~16:00の間です ※17:00以降・休日は要相談	0263-31-3171 (社会医療法人財団 慈泉会 相澤地域在宅医療支援センター 安曇野)
8	安曇野市歯科医師会	要問合せ	安曇野市内	無料		0263-71-6480
9	安曇野薬剤師会	要問合せ	安曇野市内	無料		0263-73-1189
10	NPO法人社会生活サポートチーム風を詠む	相続の専門家によるエンディングノート、人生会議、遺言書などをテーマとした講演会・交流会	成相コミュニティセンター	参加費500円 資料代 どなたでも(申込不要)	年4回(5月、8月、11月、2月) 午前の部と夜の部の開催(内容は同一) (HPや成相区内回覧板で周知)	0263-71-3277 (NPO法人社会生活サポートチーム風を詠む)