



「香川県立図書館」令和5年度第2回健やか生活応援講座

**あなたと大切な人との安心した生活を送るために
～介護について考えよう～**



いつまでも、自宅で過ごしたい！

寝たきりにはなりたくない！ それはみんなの願い！！

○**令和5年10月26日(木曜日)13:30～15:00**

高齢化社会の現代では、誰もが病気などをきっかけに介護が必要になる可能性があります。

介護が必要な状態になった時にあわてず、無理なくその人らしい生活を送るために、元気な今だからこそ介護について知っておく必要があります。また現在、実際に介護をしている方にも、家庭での介護の考え方や体に負担の少ない介助方法、サポートしてもらえる地域の専門職などについて学ぶ講座です。

●講 師 香川県立保健医療大学 講師 竹内 千夏

●場 所 香川県立図書館 2階 視聴覚ホール

●参加料 無料

●募集人員 40人(事前募集・先着順)

●申込み 令和5年10月3日(火)9:00～

電話または県立図書館カウンターまで

※お名前と日中連絡のつきやすい電話番号をお聞きます。

なお、講座申込時にいただいた個人情報は、講座以外に使用しません。



〈問い合わせ先〉

香川県立図書館 高松市林町 2217-19

電話番号 087-868-0567

