

【講師派遣希望記入欄】

- ・ご希望の講師派遣にチェックし、希望日を2つ記載ください。(年度内最大3種類まで選択可)
- ・先着順です。ご希望に添えない場合もございます。

講師派遣メニュー ※希望するコースに○を付けてください。	派遣希望日/開始希望時間(※1、2)	参加予定
<input type="checkbox"/> 災害に備えて!	① 令和 年 月 日 時開始 ② 令和 年 月 日 時開始	_____人
<input type="checkbox"/> お口のための講師派遣 ①基本コース(60分) ②基本コース(90分) ③ステップアップコース(60分)	① 令和 年 月 日 時開始 ② 令和 年 月 日 時開始	_____人
<input type="checkbox"/> 身体らくらく講師派遣 ①60分コース ②90分コース(体力測定有り) ③90分コース(体力測定無し)	① 令和 年 月 日 時開始 ② 令和 年 月 日 時開始	_____人
<input type="checkbox"/> リズムで座って ストレッチ講師派遣 ①60分コース ②90分コース	① 令和 年 月 日 時開始 ② 令和 年 月 日 時開始	_____人

(※1) 講師派遣は、令和8年5月から受付を開始しますので、5月末以降の希望日の記入をお願いします。

(※2) 講師派遣の希望日は申請日から1ヶ月先の日時で記入してください。



【問い合わせ・申込先】 久留米市健康福祉部長寿支援課

〒830-8520 久留米市城南町15番地3

電話：0942-30-9207 FAX：0942-36-6845

元気つづける「通いの場」 はじめませんか？

令和8年5月
から受付開始！

※講師派遣は
6月からスタート！

かよ ば
「**通いの場**」とは、高齢の地域住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所です。地域の介護予防の拠点となる場所でもあります。



運動

定期的に集まって
体を動かし、健康維持を。



講話

生活に役立つお話を
専門職の先生から学ぶ。

住民主体の活動団体が通いの場登録制度に登録すると、
以下の支援を受けられます。

【特典①】

久留米市ホームページ等で
団体名、活動場所、活動日
を掲載（希望制）

【特典②】

タオルDE
こげんよか体操の
「DVD」と「リーフレット」
を進呈

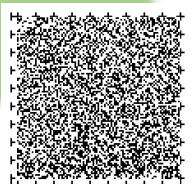


【特典③】

😊 講師派遣
介護予防などに関する
講座などの実施
※詳細は裏面へ

【問い合わせ・申込先】

久留米市健康福祉部長寿支援課
電話：0942-30-9207
FAX：0942-36-6845



【登録条件】

- ① 満65歳以上の久留米市民が、5名以上で主体的に活動している。
- ② 介護予防に資する活動を月1回以上継続して行っており、地域住民が自由に参加できる体制になっている。



Point

介護予防に資する活動とは、体操・趣味活動・茶話会・会食・認知症予防・生涯学習・ボランティア活動・農作業・就労的支援・多世代交流などといった高齢者の介護予防に効果的な活動をいいます。

なお、以下の場合には申し込みできません。

- ① 政治活動、宗教活動、営利目的の活動としてみなされるもの。
- ② 苦情や陳情を目的とする場合や、それと思われるもの。
- ③ 事業の目的に反すると思われるもの。
- ④ 介護事業所、社会福祉法人、医療法人、NPO法人等の法人や事業所が主催となって開催されるもの。

【講師派遣について】

先着順で介護予防などに関する講師を派遣して講座などを開催します。講座内容は下記を参照ください。（年度内最大3種類まで選択可）

※ご希望に添えない場合もございます。ご了承ください。

① 災害に備えて！ (24団体)

身近な災害事例を通して、日ごろの備えや災害時の対処方法、ハザードマップの見方などを学びます。



② お口のための講師派遣 (65団体)

- 基本コース(60分)
 - 基本コース(90分)
 - ステップアップコース(60分)：虫歯や歯周病について、自分の歯を守るための清掃方法を清掃のプロから学びます。
- オーラルフレイルとその予防や歯磨きのコツについて学びます。

③ 身体らくらく講師派遣 (90団体)

地域のリハビリ専門職が、健康講話・実技指導・体力測定などを通じて、介護予防や健康増進のための活動についてアドバイスを行います。

④ リズムで座ってストレッチ講師派遣 (80団体)

音楽を活用して、イスに座ったままできる筋力体操・ストレッチ・口腔体操などを行います。



※写真はイメージです。

通いの場登録申請書

令和 年 月 日

久留米市長 様

団体名

代表者氏名

代表者住所(〒 -)

久留米市

代表者連絡先

【申請内容】

活動内容	<input type="checkbox"/> 体操(運動) <input type="checkbox"/> 認知症予防 <input type="checkbox"/> 趣味活動 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> その他()
	<input type="checkbox"/> いきいきサロン活動 <input type="checkbox"/> 老人クラブ活動 <input type="checkbox"/> 自治会活動 <input type="checkbox"/> 自主グループ活動 <input type="checkbox"/> その他()
活動場所	〒 - 活動場所名称: 久留米市 電話番号(- -) _____ 小学校区
参加費	<input type="checkbox"/> 有()円/日・週・月・年・回 <input type="checkbox"/> 無
活動頻度 活動日時	活動頻度 週・月・年()回 活動日時 曜日 時 分 ~ 時 分
団体等の 会員数	()名うち65歳以上の久留米市民の会員数()名
<p>・団体名、主な活動、活動場所、活動日時、参加費の有無等を市のホームページにて公表してよろしいですか。 <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ</p> <p>・タオルDEこげんよか体操のDVDをお持ちですか。 <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ</p>	

【登録の流れ】

(団体)

- ①登録条件および対象を満たしているか確認
- ②「通いの場登録申請書」を市に提出



(久留米市)

- ①申請書受理
- ②規定により登録の可否を決定
- ③「通いの場登録制度登録可否決定通知書」により団体へ通知

ネット申請も可能!



↑QRコードはこちら↑

QRコードは(株)デンソーウェアの登録商標です