

第1回そなえのための介護教室

「今からでも間に合う、栄養・嚥下・口腔ケアのこと」

日時 令和7年11月29日(土曜日) 午後2時～4時

会場 竜泉福祉センター「いきいきてらす」 2階 202 研修室

老化に伴う体の衰えの最初のきっかけは、お口からはじまります。お口の中はどのように変化して、衰えていくのか、その対策はどうしたらいいのでしょうか。また、体に必要な栄養は、どう摂っていったらよいのでしょうか。お口のこと、食べることの専門職(歯科衛生士・管理栄養士)から学ぶ講座です。介護を受けている方のためにも、介護者のためにも、また将来のそなえのためにも、一緒に学びましょう。お待ちしております。

★★無料講座です★★



『全身の衰え、最初のきっかけは、
お口の中から・・・理論と実践』

ケアのポイントをお伝えします

講師 たいとう歯科健康センター
歯科衛生士 餌取恵美氏

『体がほしが^{あらがう}る老化に抗う栄養のこと
・・・身近な食材を加えてみよう』

1品加える調理法をお見せします

講師 特別養護老人ホーム竜泉
管理栄養士 清木智恵子氏



対象

区内在住、在勤(在学)の方
区内在住の方の介護をされ
ている方、その予定の方

申込方法

- ★お申し込みは 窓口、電話、郵送、web(QRコード) ⇒
- ★定員 24名(先着順) 受講決定証を郵送します。
- ★募集期間 11月5日(水)～11月22日(土) 定員になり次第締切



第2回・第3回《予告》 ※広報たいとう、チラシ、HP でお知らせします

第2回 「いつでも使える移動介助のイロハ・・・理論と実践」

令和8年1月10日(土曜日)午後2時～4時

講師 台東病院 理学療法士 土屋佳世氏

第3回 「台東区で使えるサービスを知りたい」

令和8年2月21日(土曜日)午後2時～4時

講師 台東区社会福祉事業団 主任介護支援専門員 西澤文恵氏

申込み・お問合せ先

台東区立竜泉福祉センター事業担当

〒110-0012 台東区竜泉 2-10-5

電話 03-6802-3011

交通案内

台東区循環バスめぐりん

- 北めぐりん(浅草回り)
 - ⑮ 一葉記念館入口
(いきいきてらす東)
- 北めぐりん(根岸回り)
 - ⑥ 一葉記念館入口
(いきいきてらす東)
 - ⑦ 竜泉一丁目
(いきいきてらす入口)
- ぐるーりめぐりん
 - ⑤ 一葉記念館
(いきいきてらす東)

特別養護老人ホーム竜泉
りゅうせん地域包括
支援センター



台東区立竜泉福祉センター
いきいきてらす

都バス

- ① 竜泉 草 43、草 63
- ② 下谷警察署前 都 08(T08)
- ③ 竜泉 都 08(T08)
- ④ 竜泉 草 43、草 63、
都 08(T08)

最寄りの駅からのアクセス

- ① 東京メトロ日比谷線 三ノ輪駅下車
1b出口より徒歩10分
→ 歩道橋を降り三角地帯へ渡り 交差点を降り直道
ガソリンスタンドの左側へ直進
- ② 東京メトロ日比谷線 入谷駅下車
3番・4番出口より徒歩10分
→ 国道4号線を北上 下谷警察署右折

台東区立竜泉福祉センター「いきいきてらす」

住 所	〒110-0012 東京都台東区竜泉 2-10-5
電 話	03-6802-3011
F A X	03-6802-3013
ホームページ	https://taitoswc.com
お問い合わせ	午前9時～午後7時(休館日を除く)

