

# シニアライフ応援講座 申込書

□入力

記入日 令和 年 月 日

グループ名			参加 予定人数	人	参加者 平均年齢	才代
連絡係	(フリガナ) 氏名			電話番号		
	住所	〒				
希望講座内容 1つ〇で かこんでください	①介護予防とは		②しっかり運動		③栄養と食生活	
	④歯と口腔ケア		⑤痛みの予防		⑥認知症予防	
	⑦薬の種類と飲み方		⑧ツボ刺激で健康に			
受講希望日	第一希望	令和 年 月 日 ( )		:	~	:
	第二希望	令和 年 月 日 ( )		:	~	:
会場	名称					
	所在地					
会場設備 〇でかこんで ください	・机 ・イス ・じゅうたん ・たたみ ・フローリング ・その他 ( )					
はきもの	土足 ・ 上履き ・ スリッパ		講師用駐車場		有 ・ 無	

シニアライフ応援講座チラシ「通いの場を開催するための留意点」を参考に現状をお答えください。

## □ 感染防止の3つの基本

- ①身体的距離の確保（人との間隔は、できるだけ1 m以上空けるよう心がける。）
- ②十分な換気（1時間に2回以上、窓を開けるなどの換気を心がける。）
- ③手洗い・手指消毒の徹底（丁寧な手洗い、手指消毒薬の使用）

※マスクの着用については、個人の判断が基本となります。①の身体的距離の確保が難しい場合は、高齢者の重症化リスクを鑑み、感染予防の観点からマスク着用を推奨しますが、本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう団体内で話しあう。

## □ 健康チェック

発熱または風邪（咳・咽頭痛・鼻水・倦怠感）の症状がある場合、また、同居家族に体調不良者がいる人は、参加を控えるよう呼びかける。