

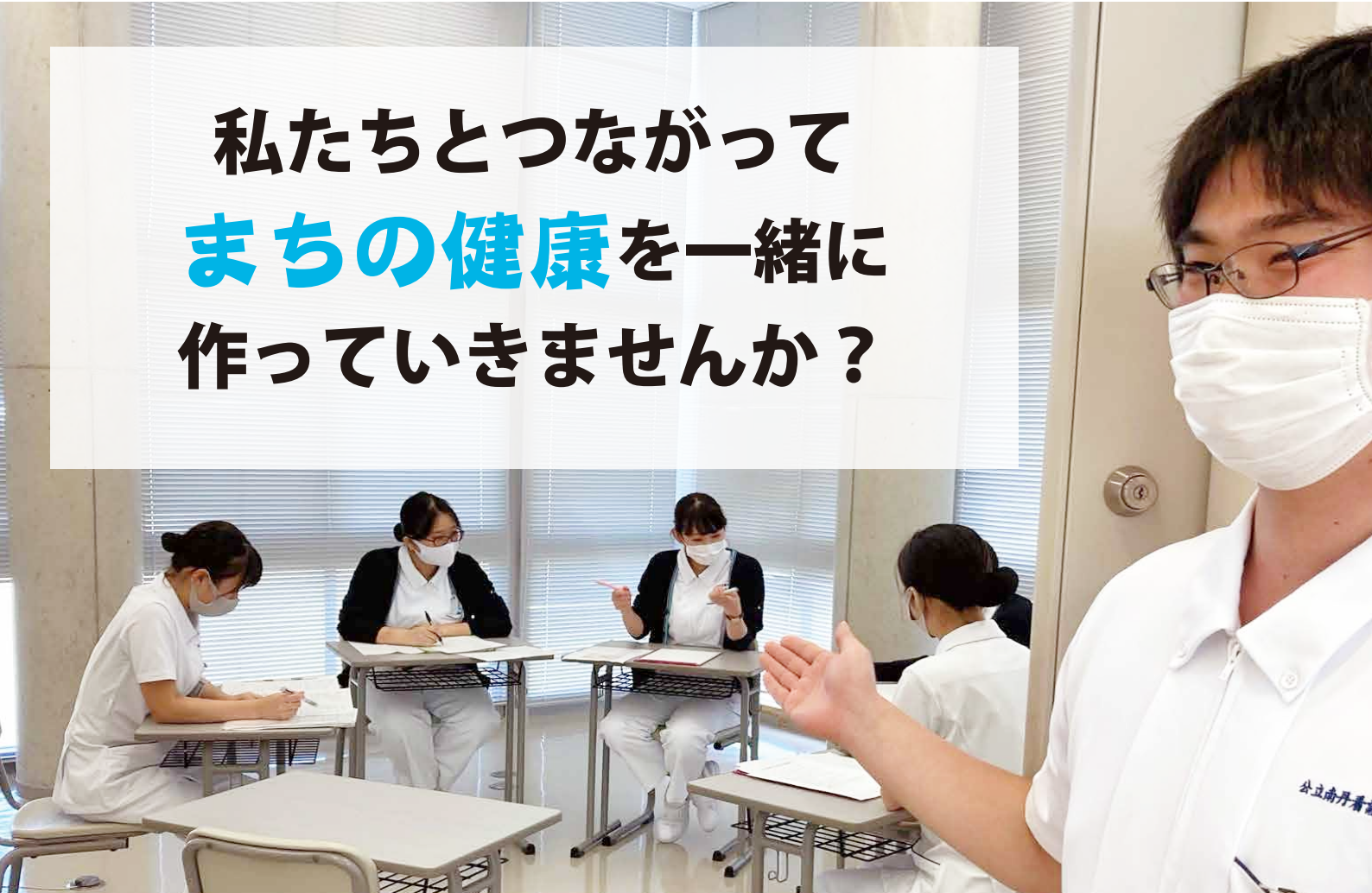
活動に変化を加えたい！と考えている団体のための体験会

地域活動団体 × 南丹看護専門学校

公立南丹看護専門学校は、「地域のことを知っている（貢献できる）看護師を育てたい」という思いがあり、イベント・サロンでの出張講座や健康教室での効果測定など、学生が地域へ出向き経験を積む場を求めています。
市民が学校に出向き、学校・先生・学生とのつながりを作る機会にしてください。

定員
12名
申込は裏面

私たちとつながって
まちな健康を一緒に
作っていきませんか？



日時 2020年12月8日（火）
13：30～15：30

場所 公立南丹看護専門学校
南丹市八木町南広瀬上野3-1

駐車場 八木 B&G 海洋センター
（看護学校まで徒歩5分程度）

定員 12名
※定員を超える申込みがある場合は、
申込み理由を基準に選考いたします。

参加費 無料

持ち物 活動を紹介できるもの、名刺、マスク

締切り 2020年11月25日（火）17：00



加齢症状の予防



2年生が学習した「加齢に伴う身体の変化」(加齢によって生じる症状や予防法)について説明します。学生が個別対応してくれるので、それぞれが気になる内容を選んで説明を聞き、その都度質問することができます。

自分の弱点チェック

転倒予防、ロコモ体操を行う前の体調チェックを行います。ロコモチェックでは、日常の様子を質問紙で確認し、関節や筋肉の動きが弱くなっているところを学生と一緒に見つけます。



4つの体験

個人にあった2種類の体操



運動の前後に心拍数を測定し、「自分のペースにあった転倒予防体操とロコモ体操」を、動画や音楽に合わせて学生と一緒に行います。(もっとも効果的とされる“少しだけ息が上がる程度”の体操を学生が提案します。)

学内さんぽ

在宅介護の練習に使う実習室のほか、専門書が揃う図書室や情報処理室、教室の雰囲気などを学生の案内で見てください。学校での普段の様子を知り、学生たちと仲良くなってください。



申込書

団体名

参加者1

年齢

参加者2

年齢

住所

〒

—

電話番号

できるだけ当日連絡がとれる番号をご記入ください。

ファックス番号

メールアドレス

申込み多数の場合の選考基準ですので必ずご記入ください。

申込み理由

※お申込みの際にお預かりする情報は、本事業に関する連絡や今後の支援事業のご案内にのみ利用いたします。

NPO法人テダス

〒622-0002 南丹市園部町美園町7号9-1

☎0771-68-3555



0771-68-3565

✉tedasu0827@design.zaq.jp

コロナウイルスの対策について

マスクを着用してお越しください。

受付時に、検温・体調確認・アルコール消毒フェイスシールドの貸し出しを行います。

また、3密を避けるため、参加者の分散や換気などを徹底いたします。

以下に当てはまる方は、参加をお断りさせていただきます。

- ・開催日2週間以内に海外旅行をされた方
- ・開催日2週間以内に海外旅行した人と接触された方
- ・開催日2週間以内に新型コロナウイルス感染症の人と接触された方
- ・開催日当日の体温が37.5℃を超える方
- ・開催日当日に倦怠感や咳などの風邪症状がある方