

介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2026年3月）

※諸事情のため、中止となる場合があります。お問い合わせの上ご参加ください。

<長野市ホームページ20日掲載予定>

月	日	曜日	時間帯	開始時間	終了時間	講座テーマ	主な内容	形態	実施会場の地区名	会場名	対象	参加費	定員	事前申し込み(要・不要)	申込開始日	担当	問合せ先電話番号	備考
3	11	水	午後	3時30分	5時	介護者教室 介護のイロハ講座① MCI(軽度認知障害)と認知症介護の心得を学ぼう！	介護	講座	大豆島	大豆島総合市民センター内 視聴覚室	市内在住の介護をされている方	無料	25名	要		地域包括支援センター コンフォートきたながいけ	254-5250	朝陽・大豆島地区在住の方、3回連続で参加できる方を優先させていただきます。
3	18	水	午後	3時30分	5時	介護者教室 介護のイロハ講座② ADP(人生会議)って何？～あなたは人生の最終段階で何を望みますか？～	介護	講座	大豆島	大豆島総合市民センター内 視聴覚室	市内在住の介護をされている方	無料	25名	要		地域包括支援センター コンフォートきたながいけ	254-5250	朝陽・大豆島地区在住の方、3回連続で参加できる方を優先させていただきます。
3	25	水	午後	3時30分	5時	介護者教室 介護のイロハ講座③ おむつの使い方・交換のコツを学ぼう！	介護	講座	大豆島	大豆島総合市民センター内 視聴覚室	市内在住の介護をされている方	無料	25名	要		地域包括支援センター コンフォートきたながいけ	254-5250	朝陽・大豆島地区在住の方、3回連続で参加できる方を優先させていただきます。