

令和8年度

アシストメイト講座

生きがいづくりの
お手伝いを
やってみませんか？



こんな方におすすめです

- 地域や人のために何かやってみたい方
- 空き時間を有効活用したい方
- 自分の特技を活かしたい方

アシストメイトとは？

空いた時間に、高齢者の地域活動（高齢者カフェや教室など）をほんの少しお手伝いをして頂ける方のことです。
講座を受けて、アシストメイトとしての地域デビューを目指しませんか？

日程・会場

いずれか1つお選びください

時間：いずれも 13:30～15:00

11月20日（金）
丹原公民館

12月1日（火）
大町公民館

12月7日（月）
西部総合福祉センター

お問い合わせ・申込

西条市役所 介護保険課

TEL.0897-52-1412
[受付時間] 平日 8:30-17:15