

☎ 出前講座のご案内 🐱

地域のサロンや老人会等の集まりで、一緒に学びませんか？日時はご相談に応じます。
 講師料は無料です。（社会福祉協議会職員または講師として登録されている専門職が講師です）
 （1 テーマ 30～60 分程度です）

テーマ（一例）	内容
認知症予防	生活習慣のアドバイスや楽しい脳トレ・レクリエーションの実践。
転倒予防	家でもできる簡単な体操を交えた、転ばない体づくり等の話。
健康管理・ 高齢期に多い疾患等	「夏…熱中症・脱水予防」「冬…インフルエンザ予防、安全なお風呂の入り方」等。健康寿命と平均寿命、病気の予防やうまく病気と付き合う方法について。
口腔ケア	むせる、口が渇く等、気になる症状の理由、口腔ケアについて。
聞こえの勉強会	聞こえの仕組みや言葉の聞き間違い、難聴と認知症、補聴器について。
食事・栄養・ 出張料理教室	介護食や認知症予防等の食生活について。 （出張料理教室は食材費は実費負担です）
薬について	薬の飲み方や管理の仕方。先生には聞きにくいけど、教えてほしい薬の話等。
貼付剤や絆創膏の 貼り方・はがし方	温冷湿布の使い分け、うまく貼る方法。 絆創膏の使い方や傷口に合わせた上手な使用方法。
介護保険制度	介護保険制度とサービスの利用方法等について。
福祉用具あれこれ	様々な福祉用具の使い方や選び方について。実際に見て触って学びます。
住宅改修	介護保険制度を利用した手すりの取付や段差の解消等の実例を交えた話。
認知症サポーター 養成講座	認知症について正しく理解し、認知症の方とその家族を温かく見守り 支援する「認知症サポーター」を養成します。
リンパドレナージ	足などのむくみ、加齢による免疫低下等、身体に大切なリンパの役割や 簡単なメンテナンス方法について。
予防救急講習	救急車を呼ぶ必要がある事故や病気、その原因や予防について。 救急車を呼ぶときの注意点や準備等について。
高齢者施設	高齢者施設の種類、費用、選び方等について。
法律について	消費者契約トラブル、詐欺、相続相談等の話。
シニア世代の ライフデザイン	シニア世代がこれから先に困らないための 必要な知識、相続やお金について。

☆上記のテーマは一例で、テーマ・内容はご相談にのります。
 別紙申込書または電話等にて、お申し込み・ご相談ください。



お申し込み
問い合わせ

猪名川町地域包括支援センター（ゆうあいセンター内） 担当：奥田 酒井
 猪名川町北田原字南山 14-2 ・ 電話 764-5812/FAX 766-8511