

身近な人に介護が必要になったとき

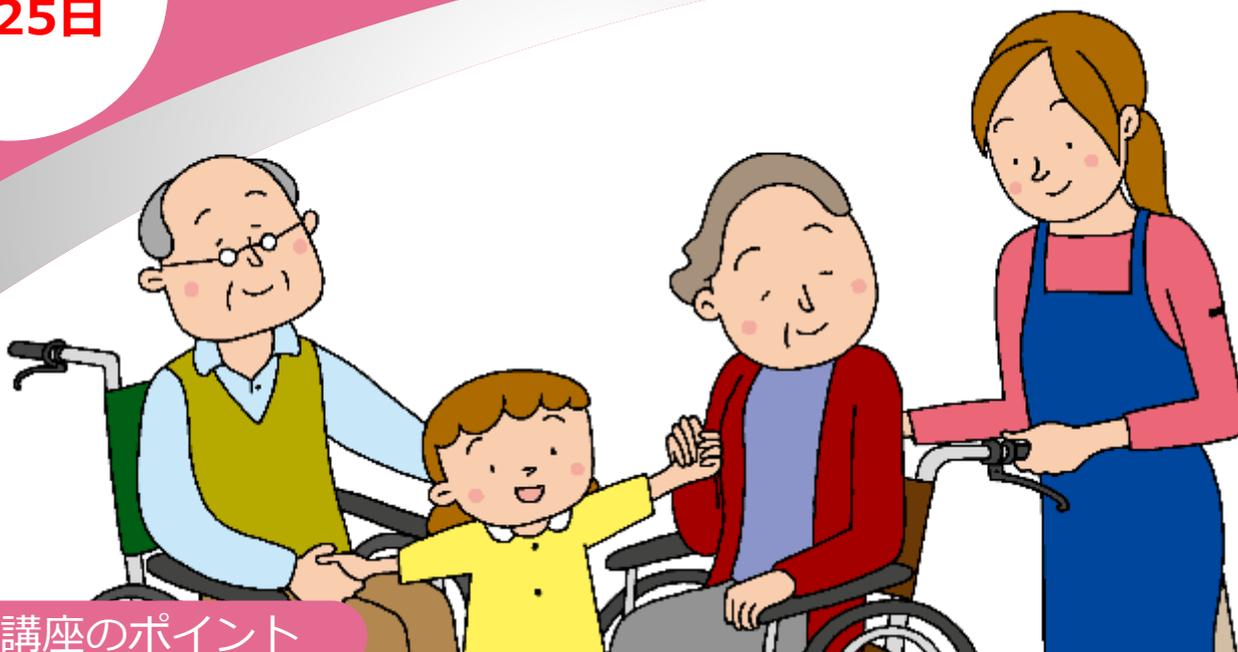
初めての
介護コース

「在宅介護と 介護保険の使い方」

～介護のコツを身に付けて介護不安を解消～

東京地区参加者募集

東京
2月25日



講座のポイント

初めて迎える介護 事前の知識で介護不安を解消

- 介護は突然訪れます。いざ必要になった時に備え、事前に知識を学んでおくことが大切です。介護を一人で抱え込まないために役立つ介護保険制度と、「寝たきり」にさせないための介護の考え方・介護方法を、体験実技を交えて学びます。
- 介護保険の概要と使い方、使えるサービス内容、介護費用について学びます。
- 残存機能を活かして、ベッドから離れた生活を送るために必要な介護方法を学びます。

開催にあたって

新型コロナウイルスをはじめとする感染症予防対策および拡大防止のため、参加人数の制限、受付時・研修中の検温、アルコール消毒など必要な対策を行ったうえで教室を実施いたします。ご理解ご協力をお願いいたします。

日時

2023年2月25日（土）午後14時00分～午後17時00分（受付13時30分開始）

会場

ハイライフプラザいたばし 2階「ホール」

住所：東京都板橋区板橋1-55-16 JR「板橋」駅下車 徒歩2分

定員：80人（定員を超えた場合は、参加の可否をご連絡いたします。）

注意事項など

実技体験があるため、動きやすい服装・靴でご参加ください。特に女性の方は、スカートでの参加は避け、アクセサリーはなるべく身につけないようお願いいたします。

フジクラ健康保険組合

時間	項目	内容	講師
14:00~14:10	はじめに	●開講あいさつ	
14:10~14:55	<講義> ■高齢者を元気にする介護方法	●寝たきりをつくらない介護の視点 ・寝たきりはどのようにつくられてきたか・古い介護観から新しい介護観へ ●残存機能を活用する介護の基本姿勢 ・生活リハビリの視点を持つ ●介護保険制度の活用で新しい介護観を実践する ・相談窓口・申請の手順・利用できるサービスの活用 ・介護用品の活用で自立を促し介護負担を軽減	看護師 保健師 介護福祉士等
14:55~15:05	休 憩		
15:05~16:55	<体験実技> ■自立を促す在宅介護の実践	~生活の拡大がやる気を生み出す~ ●1日のスタートは起き上がりから <<寝返り>> <<起き上がり>> ●生活範囲を拡大すると生活が変わる ●外出のために車いすを活用しよう <<移乗・移動>> ●質疑応答	理学療法士 作業療法士 看護師 保健師 介護福祉士等
16:55~17:00	おわりに	●閉講あいさつ ・アンケート記入	

2月25日（土）東京地区 「在宅介護と介護保険の使い方」

会場案内図

～ハイライフプラザいたばし～



開催時間: 14時00分～17時00分（受付開始 13時30分）

会 場: ハイライフプラザいたばし 2階「ホール」

住 所: 東京都板橋区板橋1-55-16

交通手段: JR 埼京線「板 橋」駅 徒歩2分

都営三田線「新板橋」駅 徒歩3分

※駐車場はございませんので、公共交通機関にてご来場ください。