

# 介護出前講座

あなたの身近な地域で介護講座を開催しませんか。  
介護のプロがあなたの地域へ出かけ、介護する人も介護される人も、  
負担の少ないくらい介護法をお教えします。

※先着順での受付となります。



## ●介護出前講座メニュー

テーマ	内容
家庭介護	<ul style="list-style-type: none"><li>*腰痛にならないための体の起こし方</li><li>*移動・移乗方法</li><li>*食事の工夫やお世話のしかた</li><li>*排せつのお世話</li><li>*体の拭き方、洗髪、手と足の洗い方</li><li>*着替えのしかた</li><li>*認知症の理解と接し方</li><li>*介護ストレス解消</li></ul>
福祉用具の種類と 選び方・使い方	日常生活に便利な道具を紹介します。 身近にあるものを使って自分で作ることもできます。



※ メニューは、ほんの一部です。これらにこだわらず対応させていただきますので、ご希望の開催会場、テーマ等についてご相談ください。

※ 対象者は、一般住民・家庭介護者・地域の団体・グループ・ボランティア団体などです。

※ 講座にかかる費用は無料です。

※ 受付件数に限りがありますので、例年実施されている団体等のお申込みはご遠慮いただく場合がございます。

※ まずは、センターまでお問い合わせください。

申込みは、ホームページから「(様式1)介護出前講座申込書」に必要事項をご記入のうえ、開催希望日の1ヶ月前までにセンターあてにご提出ください。

## 福井県介護実習・普及センター

福井県社会福祉協議会 嶺南支所

〒917-0069 小浜市小浜白鬚112 再開発ビル3階  
TEL 0770-52-7832 FAX 0770-52-7834  
E-mail r-kaigo@f-shakyo.or.jp