

◇出前講座メニュー 一覧

分野	テーマ	内容	時間	連絡先
運動	加齢にまけない身体づくり	①加齢と筋力低下 ②加齢に伴うからだの変化と予防等 ③高齢者の筋力トレーニング 等	90分～120分	特別養護老人ホームアイリス ☎72-7722
	『フレイル予防』 ～健康年齢を若返らせませんか？～	○介護予防を目的とし、体を動かすこと（体操やレクリエーション、園芸など）やもの忘れ予防などの取り組み方を伝えます。	30分～60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
介護・障がい	介護・看護関連講座	介護・看護関連	要相談	特別養護老人ホームもも大安 ☎75-0302
	寄り添う介護と言葉かけ	～らくらく～ ①排泄介助、②ポータブルトイレの使い方、③着脱介助、 ④ベッドから車椅子への移乗、⑤シーツ交換 ～たのしい～ ⑥外出（安全な車椅子介助）、⑦食事介助	30分～60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
	介護保険の利用について	○介護保険のしくみについて ・申請の手続きや介護サービスの種類について説明をします ・ケアマネジャーの仕事について	60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
	障がいとは	○知的障がい、精神障がい、身体障がいとはどういったことか ・障がいを持った方への接し方を学びます ・障害福祉サービスの概要について	30分～60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
もの忘れ	認知症サポーター養成講座認知症キッズサポーター養成講座	キャラバンメイトによる認知症サポーター養成講座	90分～120分	特別養護老人ホームアイリス ☎72-7722
	『皆で知っておきたいもの忘れ』 ～地域で暮らし続けるために～	○認知症についての基本知識 ・認知症の予防、支援について学びます ・いつまでも元気で過ごすためのポイントは？	60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945

生 活	知っておきたい薬の知識	①認知症と薬 ②ジェネリック医薬品とサプリメント 等	90分~120分	特別養護老人ホームアイリス ☎72-7722
	健康でいられる食事・水分の摂り方	管理栄養士による健康と食事の関係性について 等	90分~120分	特別養護老人ホームアイリス ☎72-7722
	介護予防・健康・これからの暮らし方について	○介護予防のコツ、健康、悪徳商法、老後の生き方暮らし方など ・高齢者の生活に密着した話題についてお話しします	60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
	終活セミナー	「終活セミナー～最後までじぶんらしくあるために～」 ①エンディングノートの書き方を通して ②成年後見制度における意思決定支援の視点から 等	90分~120分	特別養護老人ホームアイリス ☎72-7722
	『地域で支えるセーフティネット』 ～生活困窮者自立支援について～	○生活困窮者の自立支援について説明 ・生活困窮者自立支援制度、相談機関「縁」について ・生活困窮者支援を通じた地域づくりについて	30分~45分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
	『やさしい成年後見制度』 ～地域で暮らし続けるために～	○成年後見制度の説明 ～何のための制度？誰のための制度？～ ・成年後見制度でできること ・利用者のメリットは？ ・費用はどれくらいかかるの？	60分~90分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
	『はじめよう「ふくし」でまちづくり』～地域福祉の進め方～	○住民主体の福祉活動「地域福祉」の進め方について学ぶ ・地域住民の役割、活動方法などについて学びます ・その他、福祉体験なども実施しています	60分~90分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945
そ の 他	ブラックライトシアター	ブラックライトを使った人形劇と大きな紙芝居（はらぺこあおむし） 希望により対象者に合わせ、みんなで手遊び歌等も取り入れることが可能。※暗転出来る部屋が必要。	人形劇は約25分 手遊び歌は持ち時間に 合わせる事が可能	いなべ市山郷重度障害者生活 支援センターあじさいの家 ☎82-0301
	いなべ市社会福祉協議会について	○いなべ市社会福祉協議会ってどんなところ？なにをしているの？ ・組織体制や各課の活動内容について説明します ・社協の財源の使いみち（会費や寄付金など）について説明します	45分~60分	いなべ市社会福祉協議会 ☎41-2945