

# 11月の介護講座

受講料  
無料!

## 《学んで実践!介護講座》

(土)11:00~13:00 (木)10:00~12:00

福祉用具展示場にて

11月2日(土)・14日(木)

### 『自分に合った車いす選びと介助』

本人の身体状況や目的に応じた車いす選びのポイントと安全で負担の少ない介助方法

11月16日(土)・28日(木)

### 『滑らせてらくらく車いす移乗』

移乗用具の種類と特徴、安全で負担の少ない車いすへの移乗方法

11月5日(火)

## 《ステップアップ!介護講座》

10:00~15:00 交流ひろばにて

学んで実践!介護講座受講の方や介護経験のある方を対象に技術をより習熟できるよう実技を中心に学びます。

①「ベッド上の移動介助～起き上がり介助」

②「車いすへの移乗～座り直し介助」

※①②両方参加できる方が対象です。

11月9日(土)

## 《自助具製作教室》

13:00~16:00 福祉用具展示場にて

『C字型腕置きクッション』を作ります。

※材料費が必要です。

# 《基本を知ろう介護保険》

①②④13:30～15:30 ①③601研修室にて  
③13:30～16:00 ②④502研修室にて

介護が必要になった時に利用する介護保険制度の概要やサービスを学びます。

- ① 11月6日(水)「介護保険制度のくみを知ろう」
- ② 11月13日(水)「介護保険制度を利用するには？  
認定申請からサービス利用開始まで」
- ③ 11月20日(水)「自宅での暮らしと介護保険サービス」  
「介護保険で安心・安全な住まい」
- ④ 11月27日(水)「住まいの変化と介護保険サービス」

## 11月21日(木)

### 《介護者のための体と心の健康講座》

13:30～15:30 502研修室にて

#### 『介護で腰痛になるのを防ぐ!』

介護をする上で悩みになりやすい腰痛について、介護による腰痛の原因や発生した時の対処法、腰痛を防ぐ方法と腰痛予防体操を体験

## 11月30日(土)

### 《今日から使える介護1日講座》

10:00～16:00 福祉用具展示場にて

介護をするためにこれだけは知っておきたい知識と技術を1日で集中的に

- ①「動かし方の基本」
- ②「楽にできるパジャマ交換」
- ③「動かして知る車いすの使い方」

お申し込み・お問い合わせ

## 福岡市介護実習普及センター

【TEL】092-731-8100

【FAX】092-731-5361

【メール】f\_kaigon@fukuwel.or.jp