福岡県地域介護実習・普及センター

（西日本医療福祉総合センター）

会　　場　ウエルパークヒルズ（中間市）

お申込みの前に御確認ください

申込みについて

●本会ホームページで申込書をダウンロードし、FAX、メールまたは郵送でお申し込みください。
●各講座、定員となり次第締め切らせていただきます。
●受講が決定した方には、後日、連絡いたします。
●団体で申込みの場合は、申込者全員の住所・名前・年齢・性別等を記入した「名簿」を必ず添付してください。
●受講申込書に記入いただいた個人情報は、本介護講座の運営管理目的にのみ利用させていただきます。

欠席・遅刻について

●欠席の場合は、事前に下記事務局（TEL093-244-4747）まで必ず御連絡ください。

そ　の　他

●「介護実践コース」（5テーマ）を修了された方に対し、修了証書を交付します。
●講座の内容によっては動きやすい服装と靴で参加ください（更衣室があります）。
●個人に合わせた空調設定はできませんので、調整のできる服装でお越しください。
●無料駐車場は台数に限りがあります。なるべく公共交通機関を御利用ください。
　やむを得ずお車を御利用の方は立体駐車場（屋上）指定場所にお停めください。
●昼食は各自で準備してください。

団体向け（リクエスト）講座

　地域の団体（クラブ・協議会・サロンなど）やサークル、小学校や中学校などを対象とし、要請に応じて介護に関する様々な講座を開催します。また、地域へ出向いて行う出張介護講座も開催しています。　介護講座内容や開催日時については、まずお電話でご相談ください。

お電話でご相談を
TEL 093-244-4747

講座内容メニュー

・高齢者疑似体験　・車イス体験
・アイマスク体験　・認知症に関する研修
・介護技術一般　・レクリエーション体験　・その他

福岡県地域介護実習・普及センター

〒809-0018　中間市通谷1-36-3　ウエルパークヒルズ内
TEL 093-244-4747　FAX 093-244-0787
ホームページ：www.wellph.jp/manab_well/　Eメール：manab-well@wellph.jp

◇時　間　午前9時～午後5時
◇休館日　年末年始は12/29～1/3
◇最寄りの交通機関：筑豊電鉄通谷駅から徒歩5分、
　JR中間駅から徒歩25分・車で5分

まなべーる

介護実践コース（中間市会場）

1講座から受講できます！

介護を必要とする高齢者のニーズに応えるための、基本的な知識・技術を学ぶコースです。
介護する人される人にやさしい介護、負担のかからない介助法を学びます。※全テーマ（5回）の修了者に修了証書を交付いたします。

時間 各講座によって時間が違います。 **定員** 20名程度（先着） **対象** どなたでも参加できます。

	内容【講義・体験】	時間	開催日	
			1回目	2回目
①	負担の少ない移乗・移動の介助法	10:00▼13:00	6/21（水）	11/17（金）
②	らくらく介護　「衣類の着脱と入浴介助」	10:00▼13:00	7/19（水）	12/15（金）
③	らくらく介護　「手浴・足浴・洗髪と排泄介助」	10:00▼13:00	8/30（水）	令和6年 1/19（金）
④	らくらく介護　「安全な食事介助」	10:00▼12:00	9/20（水）	令和6年 2/16（金）
⑤	高齢者の病気・褥瘡について（講義）	10:00▼12:00	10/4（水）	令和6年 3/22（金）

介護スポット講座（中間市会場）

生活に取り入れてほしい内容がたくさん！

時間 各講座によって時間が違います。 **定員** 20名程度（先着） **対象** どなたでも参加できます。

	内容【講義・体験】	時間	開催日		
			1回目	2回目	3回目
①	音楽療法（ミュージック・ケア）体験 だれでも・どこでも・いつでも楽しめる音楽療法を体験しましょう。	10:00▼12:00	8/11（金/祝）	12/17（日）	令和6年 3/31（日）
②	楽しく、笑って → 脳の機能アップ運動 脳の混乱を楽しみながら、心身の機能アップをめざしましょう。	10:00▼11:30	9/15（金）	令和6年 3/4（月）	
③	こころが元気に。カラーセラピー 色が持つ様々なメッセージを読み解き、心の状態を癒しましょう。	10:00▼12:00	9/6（水）	令和6年 3/27（水）	
④	心のバランスを整える。セロトニン ヨガ 「セロトニン」を分泌する運動や呼吸法で心身をリラックス。	10:00▼12:00	8/29（火）	令和6年 2/12（月/祝）	
⑤	ゆっくり動作で筋力アップ！　太極拳 筋力向上！身体のバランスを整える太極拳を体験しましょう。	10:00▼12:00	8/2（水）	令和6年 2/7（水）	
⑥	脳を活性化！「指そろばん＆数え読み上げ」 「そろばん」の要素で脳を活性化しましょう。	10:00▼11:30	7/5（水）	11/8（水）	
⑦	住み慣れた家での「看取り」を考える 誰でも迎える人生の終(つい)の関わり方を考えてみましょう。	10:00▼12:00	7/10（月）	令和6年 2/28（水）	
⑧	「天災」や「人災」から命を守る！ いざという時のための「身の守り方」を考えてみましょう。	10:30▼12:00	10/18（水）		
⑨	緊急時の対応　「普通救命講習会Ⅰ」 救急車がくるまでに…命をつなぐリレーを行えるように救命処置を学びましょう。	9:30▼12:30	9/11（月）	12/9（土）	令和6年 3/13（水）

介護予防コース（中間市会場）

フレイル予防で、はつらつライフ！

◆「フレイル（虚弱）」とは、老化でさまざま心身の機能が低下した状態をいいます。
◆『健康寿命』を延ばしていつまでも健康的に過ごすためには、フレイルをいかに予防・回復できるかが大きなカギとなります。
◆ コロナの影響で不活発な生活や受診の控えにより心身の衰えや病気の悪化による「コロナ・フレイル」にも注意が必要です。

時間 10:00 ～ 12:00 **定員** 20名程度（先着） **対象** どなたでも参加できます。

	内容【講義・体験】	時間	開催日 1回目	開催日 2回目
①	認知症と閉じこもりやうつの予防	10:00▼12:00	6/23（金）	11/1（水）
②	エネルギーの源！ 高齢者の食事	10:00▼12:00	7/24（月）	12/1（金）
③	歯とお口のケアで口腔機能UP！	10:00▼12:00	8/22（火）	令和6年 1/26（金）
④	予防の一歩！安心ウォーキングとロコモ体操	10:00▼12:00	9/27（水）	令和6年 2/5（月）
⑤	すっきり解消！尿失禁予防「ひめトレーニング」	10:00▼12:00	10/28（土）	令和6年 3/18（月）

介護専門職研修（中間市会場）

介護職のスキルアップに！

時間 各講座によって時間が違います。 **定員** 20名③のみ30名程度（先着） **対象** 介護・福祉関係の職員

	内容【講義・体験】	時間	開催日 1回目	開催日 2回目
①	排泄のしくみと「おむつ」について 排泄障害について学び排泄ケアの課題を考えよう	10:00▼12:30	9/26（火）	令和6年 3/8（金）
②	ノーリフティングケア「抱えあげない介護」で腰痛予防対策 自分の姿勢位置や道具を利用して、腰を痛めない方法を学びます。	10:00▼15:00	11/3（金/祝） ※原則2日間出席していただく研修です	12/3（日）
③	気づいて防ごう！「 高齢者虐待 」 知らず知らずのうちに…傷つけているかもしれません。	10:00▼12:00	9/10（日）	

認知症サポーター養成講座（中間市会場）

時間 10:00 ～ 12:00 **定員** ①20名程度（先着）②30名程度（先着） **対象** どなたでも参加できます。

	内容【講義・体験】	時間	開催日 1回目	開催日 2回目	開催日 3回目
①	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偏見を持たず認知症の人や家族に対して温かい目で見守る応援者（認知症サポーター）を養成する講座です。 リクエスト ご相談に応じて、出張講座も開催します。お気軽にお問合せください。	10:00▼12:00	6/26（月）	10/20（金）	令和6年 3/16（土）
②	知っておこう！成年後見制度	10:00▼12:00	令和6年 3/20（水/祝）		

認知症サポーター養成講座の講師になる為の研修（中間市会場）

時間 9:30 ～ 16:30 **定員** 50名程度（先着） **対象** 「認知症サポーター養成講座」の講師になる方

	内容【講義・体験】	時間	開催日 1回目	開催日 2回目
①	キャラバンメイト養成研修	9:30▼16:30	7/30（日）	令和6年 1/28（日）