

県民向け 令和5年度

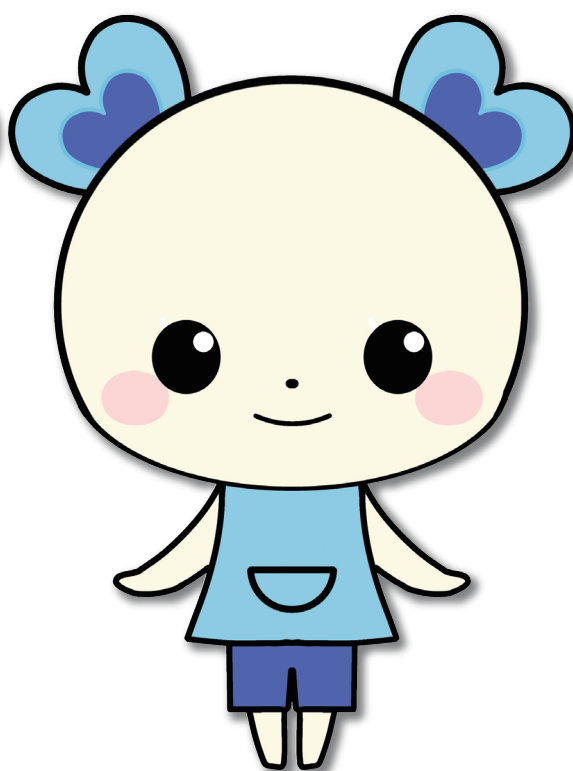
受講料
無料

介護講座

のご案内



みらいちゃん



てらすくん

福岡県介護実習・普及センター
マスコットキャラクター

介護講座 について

- 県民を対象とした受講料無料の講座です。
- 本講座の受講により取得できる資格はありません。予め御承知ください。
- 都合により、日時を変更させていただくことがあります。

開催会場によって申込先が異なりますので、ご注意ください。

福岡県介護実習・普及センター

(福岡県社会福祉協議会 福祉・介護研修センター)

会 場 クローバープラザ(春日市) 東棟4階 介護実習室

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。
- 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。

受講の可否について

- 定員になり次第、先着順で締め切らせていただきます。本会から受講決定の連絡や通知はいたしません。定員超過等で受講できない場合のみ御連絡いたします。

受付・欠席・遅刻について

- 受付は東棟4階介護実習室前で行います。
- 受付は講座開始10分前までをお願いします。
- 欠席・遅刻の場合は、事前に下記事務局(TEL092-584-3351)まで必ず御連絡ください。

そ の 他

- 次の4コースの全日程を修了された方に修了証書を交付します。(資格取得の証明ではありません)
* 介護予防講座 * 介護入門講座 * 認知症介護講座 * テーマ別介護講座
- ※ 原則20分以上の遅刻・早退は受講扱いとなりませんのでご注意ください。
- 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。
- クローバープラザ駐車場は満車のため駐車できないことがあります。
できるだけ公共交通機関をご利用ください。



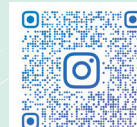
公式SNSはじめました♪

講座の案内や開催の様子
福祉用具の情報を発信させていただきます。
たくさんのフォローお待ちしております♪

\ Facebook /



\ Instagram /



福岡県介護実習・普及センター

(福岡県社会福祉協議会 福祉・介護研修センター)

〒816-0804 春日市原町3-1-7 クローバープラザ東棟4階

TEL 092-584-3351 FAX 092-584-3354

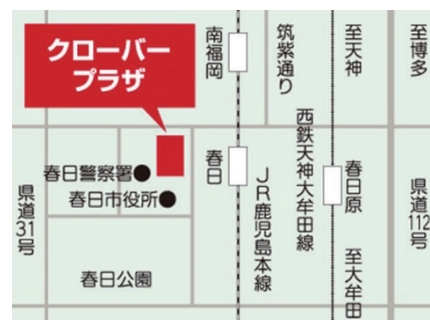
ホームページ: www.fuku-shakyo.jp Eメール: kaigo@fuku-shakyo.jp

◇時 間 午前9時～午後5時

◇休 館 日 月曜日(第4月曜日は除く、月曜日が祝日の場合は翌火曜日)

8月は8/13～15 年末年始は12/28～1/4

◇最寄りの交通機関: JR春日駅前、西鉄春日原駅から徒歩10分



介護予防講座（春日市会場）

いつまでも元気に！

時間 各講座によって時間が違います。 **定員** 30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	普通救命講習会I!あわてない!緊急時の対応 ※受講歴のある方で、資料、人工呼吸用マウスシート、修了証をお持ちの方は持参してください ※消防署からカード式の修了証が交付されます （申込の際に必ず生年月日を御記入ください）	9:30 11:45	6/22 （木）	11/4 （土）	令和6年 1/11 （木）
②	災害時に役立つ知識と技術 持参していただくもの ハサミ、セロハンテープ	10:00 12:00	6/23 （金）	11/11 （土）	令和6年 1/12 （金）
③	これであなたも快眠生活！	10:00 12:00	7/1 （土）	9/3 （日）	11/27 （月）
④	歯の手入れと家庭でできる口腔ケア	10:00 12:00	6/17 （土）	9/6 （水）	12/8 （金）
⑤	転倒・骨折予防と対策 ※動きやすい服装でご参加ください	10:00 12:00	6/27 （火）	9/16 （土）	12/6 （水）
	尿失禁予防と対策 持参していただくもの バスタオル	13:00 15:00	6/27 （火）	9/16 （土）	12/6 （水）
⑥	楽しもう!元気を支える音楽レクリエーション	10:00 15:00	7/30 （日）	10/14 （土）	12/15 （金）
⑦	薬との上手な付き合い方	10:00 12:00	7/7 （金）	9/9 （土）	11/10 （金）

介護入門講座（春日市会場）

介護を始めようとする方へ

時間 各講座によって時間が違います。 **定員** 30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	上手に使おう介護保険〈申請から利用開始編〉	10:00 11:30	6/28 （水）	11/18 （土）
	福祉用具展示室、生涯あんしん住宅見学	11:30 12:30	6/28 （水）	11/18 （土）
②	上手に使おう介護保険〈在宅サービス編〉	10:00 12:00	7/12 （水）	12/9 （土）

	内容【講義・体験】	時間	開催日	
			1回目	2回目
③	上手に使おう介護保険〈施設サービス編〉	13:00 15:00	7/12(水)	12/9(土)
④	にこにこ料理教室 ※調理後、試食を行います。 持参していただくもの エプロン、三角きん、ハンドタオル	10:00 14:00	9/29(金)	12/16(土)
⑤	怒りの感情との上手な付き合い方	10:00 12:00	6/29(木)	11/26(日)
⑥	介護ストレスを溜めずに上手に軽減しよう!	13:00 15:00	6/29(木)	11/26(日)
⑦	福祉用具で安心安全な生活を	10:00 15:00	7/6(木)	11/25(土)
⑧	暮らしやすい住宅改修と福祉用具	10:00 15:00	7/27(木)	12/2(土)

テーマ別介護講座(春日市会場)

介護の実践を講義と実習で体験

時間 各講座によって時間が違います。 定員 30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	おいしく楽しく食べる工夫とポイント 持参していただくもの お弁当、プリン(ゼリー)、スプーン、飲み物、曲がるストロー、タオル	10:00 13:00	6/24(土)	8/24(木)
②	褥瘡予防とポジショニング	10:00 15:00	7/22(土)	10/5(木)
③	知っててよかった!着替えの介護術 持参していただくもの 丸首トレーナー(長そで)、前開きパジャマ(上下)	10:00 15:00	7/15(土)	9/1(金)
④	心と体のリラックス!入浴・清拭術 持参していただくもの バスタオル1枚、フェイスタオル2枚、ハンドタオル1枚、軍手1組 ※タオルや軍手は実技の時間に使用し、濡れる場合があります。	10:00 15:00	7/29(土)	9/7(木)
⑤	快適排泄のポイント	10:00 15:00	7/8(土)	9/15(金)
⑥	かからない!うつさない!感染予防と対処法 持参していただくもの マスク	10:00 12:00	7/4(火)	10/21(土)
⑦	腰痛にならない!起き上がり、立ち上がり支援	10:00 15:00	7/26(水)	10/7(土)
⑧	高齢者の目の病気と見え方	開催日によって異なります。	7/21(金) 13:00▶15:00	10/22(日) 10:00▶12:00
⑨	高齢者の耳とコミュニケーション	10:00 12:00	7/28(金)	9/30(土)

認知症介護講座 (春日市会場)

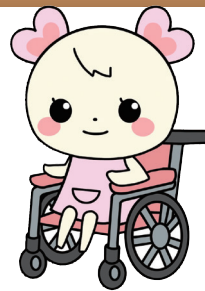
認知症の人とともに生きる

時間 各講座によって時間が違います。 **定員** 30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	4回目
①	認知症サポーター養成講座	10:00 ↓ 12:30				
	認知症の人とのコミュニケーション 「言葉がけ」の工夫と実践	13:30 ↓ 15:30	7/5 (水)	8/26 (土)	11/15 (水)	12/23 (土)
②	成年後見制度	10:00 ↓ 11:30				
	日常生活自立支援事業	12:30 ↓ 14:00	7/14 (金)	9/2 (土)	11/24 (金)	令和6年 1/20 (土)
③	認知症フレンドリー講座(認知症VR体験) 認知症ではない人がバーチャルリアリティ(VR)の技術を活用し、 認知症の症状を体験します。また認知症に関する映画上映を行います。	10:00 ↓ 15:00	7/25 (火)	8/19 (土)	11/30 (木)	令和6年 1/27 (土)
④	フレイル予防	10:00 ↓ 12:00				
	認知症予防運動「コグニサイズ」	13:00 ↓ 15:00	7/11 (火)	10/28 (土)	12/12 (火)	令和6年 1/13 (土)

福祉用具展示室の御案内

実際に見て、触れて、試して、より良い福祉用具を見つけてください!



福祉用具展示室では・・・

- 様々な福祉用具を展示しています。一部の福祉用具は試すこともできます。
- 専門相談員が、福祉用具の選定や使い方、取り扱っている店の御案内など、福祉用具に関する相談に対応します。
- 団体での見学時は、専門相談員が福祉用具展示室の説明を行います。下記あてお問い合わせください。

◇利用時間: 午前9時～午後5時

◇休館日: 月曜日(第4月曜日は除く、月曜日が祝日の場合は翌火曜日)

8月は8/13～15 年末年始は12/28～1/4

◆福祉用具展示室◆

問い合わせ先: TEL 092-584-4316

〒816-0804 春日市原町3-1-7

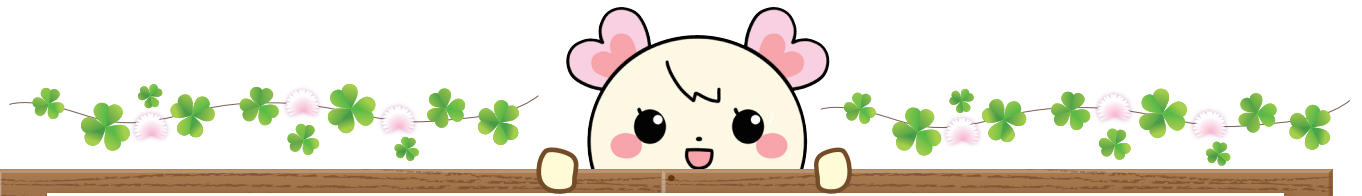
クローバープラザ東棟2階

福岡県介護実習・普及センター

(福岡県社会福祉協議会 福祉・介護研修センター)



※福祉用具は「展示のみ」で、販売・貸出は行っていません。



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	2回目
①	認知症と閉じこもりやうつ予防	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	予防の一步！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	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)	12/3(日) ※原則2日間出席していただく研修です
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	2回目	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	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)