



この事業は、赤い羽根共同募金の一部助成を受けています。



中標津町社協 家族のための在宅介護講座

平成26年度

～安心安全な介護で無理のない在宅介護生活を～

介護を受ける方と行う方が互いに無理のない介護方法について学び、高齢者と家族が住み慣れた地域で永く暮らしていくための方法を身につける事を目的としています。

また、介護生活を続けるための工夫とコツについて、介護場面での実技、講演を通じて学びます。

今年は3回に分けて開催予定となっており、それぞれ内容が違いますので、お時間のある方、聞いてみたい内容がありましたら、ぜひ参加お待ちしております。

★日程★

第1回目



【日時】 平成26年5月24日（土）13：00～15：00

【場所】 中標津町総合福祉センタープラット 三世代交流室

【内容】 「中標津町にある介護サービスは何があるの？」
「最新福祉用具を試してみよう！！」



介護サービスの種類や利用の仕方、制度の利用の仕方など教えていただきます。
また、日々進化している様々な福祉用具にも実際に見て触れてみましょう！

第2回目



【日時】 平成26年8月23日（土）13：00～15：00

【場所】 中標津町総合福祉センタープラット 三世代交流室

【内容】 「片側に麻痺があるかたの動作の工夫と介助の仕方～自宅での生活をささえるポイント」

片麻痺がある方の衣類の着脱、浴槽への出入りや便座からの立ち上がり、
歩行時の介助の方法について教えていただきます。

第3回目



【日時】 平成26年11月15日（土）13：00～15：00

【場所】 中標津町総合福祉センタープラット 三世代交流室

【内容】 「自宅でできる認知症予防運動～運動しながら計算しよう」

自宅で簡単に認知症を予防する身体と頭を同時に使った運動を
紹介していただきます。



参加費 3回すべて無料

参加対象 在宅で介護されている方・介護に関心のある方

定員 3回すべて20名程度
（応募者多数の場合は、先着順とさせていただきます。）



申込方法は
裏面をご覧ください



この事業は、赤い羽根共同募金の一部助成を受けています。

参加申込用紙

※FAX・郵送またはお電話にてお申込み下さい

～申込方法ついて～

この申込用紙は3回分すべての申込用紙となっていますので、2回目以降からの参加希望の方は締切日まで大切に保管をお願い致します。

参加を希望される方は○印をつけてお名前、住所、ご連絡先を記入の上、FAX、郵送または、お電話にてお申込み下さい。

() 第1回目 平成26年5月24日(土) 13:00～15:00

「中標津町にある介護サービスは何があるの？」

「最新福祉用具を試してみよう！」

申込締切日 平成26年5月12日(月)



() 第2回目 平成26年8月23日(土) 13:00～15:00

「片側に麻痺があるかたへの介助仕方～自宅での生活を支えるポイント」

申込締切日 平成26年8月11日(月)

() 第3回目 平成26年11月15日(土) 13:00～15:00

「自宅でできる認知症予防運動～運動しながら計算しよう～」

申込締切日 平成26年11月4日(火)

◎皆様の参加を是非お待ちしております◎



お名前

【申込・お問い合わせ先】

社会福祉法人 中標津町社会福祉協議会

住所

住 所：中標津町西10条南9丁目1番地4

ご連絡先

電 話：0153-79-1231

FAX：0153-79-1233

★その他要望★今回ご参加できない方でも、今後どのような内容の希望講座などがありましたらご意見をお聞かせ下さい