






平成 29 年度 京都市長寿すこやかセンター

10月・11月・12月 事業案内



すこやか講座

すこやか講座では、いつまでも健康でいきいきと過ごしたい市民の方を対象に、すこやか体操・健康講話・レクリエーションを通して、体力の維持や健康促進を行っています。また、参加者同士でお話をしたり、楽しく交流したりと仲間づくりの場ともなっています。

開催日時	健康講話テーマ/講師	
10月20日(金) 午後1時30分～3時30分	ストレッチとリズム体操 講師：原 有香 氏 (健康運動実践指導者)	  バスタオルをお持ち下さい
11月17日(金) 午後1時30分～3時30分	インフルエンザにご注意！(仮) (下京区役所保健福祉センター及び医療衛生コーナーの職員)	 
12月15日(金) 午後1時30分～3時30分	音楽療法で冬の音楽を楽しもう (京都国際音楽療法センター)	講師：鷺山 和貴子 氏 伴奏：岩本 弘子 氏 

- 対象 京都市在住で、高齢者の社会参加や健康づくりに関心のある方
- 内容 すこやか体操・健康講話・レクリエーション
- 会場 ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室
- 参加費 無料
- 定員 70名 (要事前申込み・先着順)
- 申込み 開催月の1日から電話、FAX、メールにて受付
- その他 動きやすい服装でご参加ください。



水分補給のための飲み物、上靴 (かかとのある靴) をご持参下さい。



すこやか体操インストラクター養成講座

回	開催日	時間
①	12月 1日(金)	午後1時30分～3時
②	12月 8日(金)	午後1時30分～3時
③	12月15日(金)	午後1時～4時15分

- 対象 京都市在住で、養成講座終了後、すこやか体操インストラクター(ボランティア)認定を目指して活動できる方、必ず全日程参加できる方
- 内容 すこやか体操の動きや注意点などについて学び、身に付ける
- 会場 ひと・まち交流館 京都 3階 第5会議室(1日・8日) 2階 大会議室(15日)
- 費用 200円(CD代)
- 定員 30名 (先着順・要事前申込み)
- 申込み 10月1日から電話、FAX、メールにて受付

③は、すこやか講座に参加いただき、その後修了式を行います



平成 29 年度第 2 回 成年後見セミナー

回	開催日時	時間	テーマ/講師 (予定)
①	11月20日 (月)	午前9時30分 ～ 11時	成年後見制度とは ～制度の意義・目的と法定後見の申立て手続き～ 成年後見センター・リーガルサポート京都支部
②		午前11時10分 ～ 午後0時10分	任意後見契約の手続きについて知ろう 成年後見センター・リーガルサポート京都支部
③		午後1時10分 ～ 2時40分	後見業務(身上監護)について知ろう 京都社会福祉士会 ぱあとなあ京都
④		午後2時50分 ～ 4時20分	後見業務(財産管理)について知ろう 京都弁護士会



平成 29 年度第 2 回 連続講座 人生の終末期に向けての備え

回	開催日時	時間	テーマ/講師 (予定)
①	11月27日 (月)	午前9時30分 ～ 10時30分	老後に備えて～住まい・家族・終活などの困りごと～ 京都 SKY センター
②		午前10時40分 ～ 正午	あなたが亡くなった時～遺言と相続～ 京都弁護士会
③		午後1時 ～ 2時30分	老後に使える安心契約 ～見守り契約・任意後見契約・死後事務委任契約～ 成年後見センター・リーガルサポート京都支部
④		午後2時40分 ～ 4時	人生のフィナーレをどう迎えるか ～幸せと思える人生とするために～ 京都府医師会

- 対象 京都市在住、在勤で、本セミナーに関心のある方
- 会場 ひと・まち交流館 京都 3階 第4・5会議室
- 定員 各回90名(先着順・要事前申込み、定員になり次第締め切り)
- 参加費 無料 ※定員に達しない場合は、当日まで申込み可能
- 申込み 11月 1日(水)から電話またはFAX、メールにて受付



「①お名前、②連絡先、③お住まいの行政区(専門職は所在行政区)④参加を希望する回」をお伝えください。

※手話通訳が必要な方、車椅子席ご利用の方は、10月13日(金)までに京都市成年後見支援センターへお知らせ下さい



若年性認知症の方の本人交流会「おれんじサロン ひと・まち」

「おれんじサロン ひと・まち」は、若年性認知症の方とご家族を対象とした認知症カフェです。音楽やスポーツ、創作活動を楽しんだり、お茶を飲みながらおしゃべりに花を咲かせる楽しい場です。時には近所の喫茶店に外出することもあります。また、同じ悩みを持つ方同志で情報を交換し合ったり、福祉専門職から具体的な助言を得ることもできます。

一人で悩まずに、気軽にご参加ください！

※65歳未満で発症する認知症を“若年性認知症”と呼びます。



開催日時

10月11日(水) 午後2時～3時30分
『語り合いましょう』～茶話会～

10月25日(水) 午後1時～2時30分
『喫茶店へ出かけよう!』

11月 8日(水) 午後2時～3時30分
『語り合いましょう』～茶話会～

11月22日(水) 午後2時～3時30分
『語り合いましょう』～茶話会～

12月13日(水) 午後2時～3時30分
『クリスマス会』

- 対象 若年性認知症(初期～中期)の方で、介護サービスを利用されていない方、ご本人が一人で来られるか、家族等と一緒に来られる方
- 内容 簡単な体操・音楽・創作活動・茶話会・個別相談等
- 会場 ひと・まち交流館 京都 2階
- 参加費 各回200円/人(お茶代)
- 定員 10名(先着順・要事前申込み)
- 申込み 電話で開催日の1週間前までにお申込みください。(事前にお身体の状況などお聞きます。)



認知症の方の介護家族交流会

認知症の方を介護されているご家族同士の交流を通じて、認知症に対する理解をさらに深めるとともに、介護の大変さや思いを共有したり、困りごとを解決するヒントを得る場として開催しています。

※希望者には、精神科医による個別相談も行っています。

- 対象 認知症の方を介護されている家族の方
- 参加費 無料

	開催日	時間	会場	内容
介護家族交流会	10月18日(水)	午後1時30分～3時30分	ひとまち交流館 3階 第4会議室	語り合い ・ 学び合い
	11月15日(水)			
	12月20日(水)			
若年性認知症 介護家族交流会	10月11日(水)	午後2時～3時	ひとまち交流館 2階 和室	語り合い
	11月 8日(水)			

- 問合せ・申込み まずは、京都市長寿すこやかセンターへご連絡ください。



長寿すこやかセンターでは、認知症、介護、生活などの各種相談に応じています

相談内容により、医師・弁護士・司法書士・社会福祉士による専門相談におつなぎすることもあります。

種 別	内 容
認知症相談 (若年性認知症を含む)	認知症の方の介護、認知症への不安等、認知症に関すること
介護相談	認知症以外の介護や、介護に伴うストレス等に関すること
生活・健康相談	高齢期の心身の不調や、生活の不安・悩みに関すること
権利擁護相談	高齢者虐待等の権利侵害に関すること
成年後見相談	成年後見制度の利用に関すること
福祉用具相談	福祉用具・自助具の活用や自助具製作に関すること
介護職員等メンタルヘルス相談	介護職員等が抱えるストレスに関すること



京都市長寿すこやかセンター のご案内 京都市成年後見支援センター

- 【 住 所 】〒600 - 8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1 (河原町五条下る東側)
「ひと・まち交流館 京都」4階
- 【 電 話 】(075) 354 - 8741 (京都市長寿すこやかセンター)
(075) 354 - 8815 (京都市成年後見支援センター)
- 【ファックス】(075) 354 - 8742
- 【メー ル】sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp
- 【ホームページ】<http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>
- 【開所日/時間】月曜日～土曜日/午前9時～午後9時30分 日曜日・祝日/午前9時～午後5時
午後5時以降における来所相談は、事前に来所予定日時をご連絡ください。
- 【休 所 日】毎月第3火曜日(祝日の場合はその翌日) 年末年始(12月29日～1月4日)

【交 通 機 関】

◇電車◇

◆京阪電車

「清水五条」下車 ①番出口より徒歩約8分

◆市営地下鉄烏丸線

「五条」下車 ⑤番出口より徒歩約10分

◇バス◇

◆市バス4・17・205系統

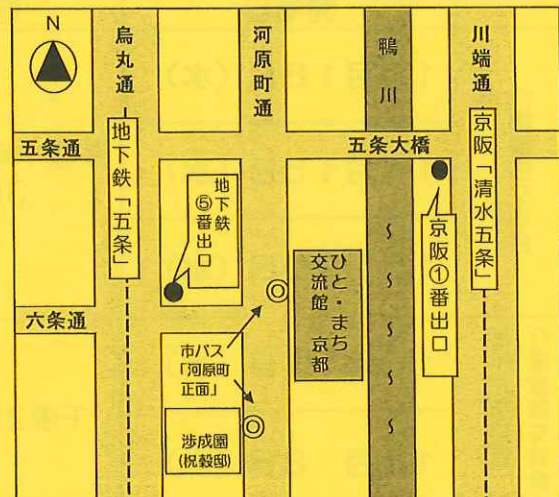
「河原町正面」下車

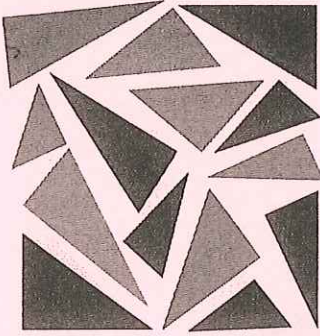
◆市バス80系統

「河原町五条」下車

◆京阪バス

「河原町五条」下車





認知症の人の 介護家族交流会

家族交流会は
どんなところ？

認知症の方を介護されているご家族同士の交流を通じて、
認知症に対する理解をさらに深めるとともに、介護の大変さ
や思いを共有したり、困りごとを解決するヒントを得る場として
開催しています。

※希望者には、精神科医による個別相談も行っています。

- ・ 場 所：ひと・まち交流館 京都 3階 第4会議室
- ・ 対 象：認知症のご家族を介護されている方
※参加者もしくはご本人が京都市在住の方 ※在宅で介護の方
- ・ 定 員：20名（事前にお申し込みください）
- ・ 参加費：無料

◎随時、テーマに沿った学習会を開催します。

★スケジュール★

✦ 10月18日（水）13：30～15：30

- ・ 学び合い テーマ「生活環境の整備について」（予定）
- ・ グループに分かれての語り合い

✦ 11月15日（水）13：30～15：30

- ・ グループに分かれての語り合い

✦ 12月20日（水）13：30～15：30

- ・ 学び合い テーマ「介護体験談」（予定）
- ・ グループに分かれての語り合い

京都市長寿すこやかセンター

〒600-8127

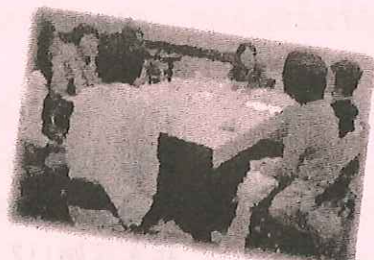
京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1

ひと・まち交流館 京都 4階

電 話：075-354-8741 F A X：075-354-8742

U R L：<http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>

E-mail：sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp



京都市長寿すこやかセンター アクセス



■交通機関

【バス】市バス 4, 17, 205 号系統「河原町正面」下車

【電車】京阪電車「清水五条」下車 徒歩 8 分

地下鉄烏丸線「五条」下車 徒歩 10 分

【車】立体駐車場 最初の 1 時間 410 円、以後 30 分ごとに 200 円

京都市長寿すこやかセンター

〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の 1 (河原町五条下る東側)

ひと・まち交流館 京都 4 階

TEL: 075-354-8741 FAX: 075-354-8742 E-mail: sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

■開館時間 平日: 午前 9 時～午後 9 時半

日曜・祝日: 午前 9 時～午後 5 時

■休館日

毎月第 3 火曜日 (国民の祝日にあたるときは翌日)

年末年始 (12 月 29 日～1 月 4 日)

若年性認知症の人の 介護家族交流会

認知症の方を介護されているご家族同士の交流を通じて、認知症に対する理解をさらに深めるとともに、介護の大変さや思いを共有したり、困りごとを解決するヒントを得る場として開催しています。

* 希望者には、精神科医による個別相談も行っています。

【開催日時】 第2水曜日 14:00~15:00

5 / 10 ・ 7 / 12 ・ 9 / 13 ・ 10 / 11

11 / 8 ・ 2 / 14 ・ 3 / 14

- 場 所：ひと・まち交流館 京都 2階 和室
- 対 象：若年性認知症のご家族を介護されている方

※参加者もしくはご本人が京都市在住の方 ※在宅で介護の方

- 定 員：10名（事前にお申し込みください）

- 参加費：無料

※15時からの茶話会に参加の場合は
200円（喫茶代）必要

- 申込先：京都市長寿すこやかセンター

☎354-8741



認知症って
どんな病気？

京都市長寿すこやかセンター アクセス



■交通機関

- 【バス】市バス 4, 17, 205 号系統「河原町正面」下車
- 【電車】京阪電車「清水五条」下車 徒歩 8 分
地下鉄烏丸線「五条」下車 徒歩 10 分
- 【車】立体駐車場 最初の 1 時間 410 円、以後 30 分ごとに 200 円

京都市長寿すこやかセンター

〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の 1 (河原町五条下る東側)

ひと・まち交流館 京都 4 階

TEL: 075-354-8741 FAX: 075-354-8742 E-mail: sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

■開館時間

平日: 午前 9 時～午後 9 時半

日曜・祝日: 午前 9 時～午後 5 時

■休館日

毎月第 3 火曜日 (国民の祝日にあたる場合は翌日)

年末年始 (12 月 29 日～1 月 4 日)

おれんじサロン ひと・まち

～若年性認知症本人交流会～

- 日時**
- 平成 29 年 10 月 11 日 (水) 14:00～15:30
～茶話会～ 会場:2階 第1・2会議室
 - 平成 29 年 10 月 25 日 (水) 14:00～15:30
～外出行事『喫茶店へ行こう!』 行先:ジョイント・ほっと(下京区内)
 - 平成 29 年 11 月 8 日 (水) 14:00～15:30
～茶話会～ 会場:2階 第1・2会議室
 - 平成 29 年 11 月 22 日 (水) 14:00～15:30
～茶話会～ 会場:2階 第1・2会議室
 - 平成 29 年 12 月 13 日 (水) 14:00～15:30
～クリスマス・コンサート～ 会場:2階 大会議室

費用 お一人 200円(喫茶代) ※内容により変更の場合あり

場所 ひと・まち 交流館 京都

対象 (定員10名 事前予約制)

- ・若年性認知症(初期～中期)の方
- ・介護サービスを利用していない方を優先します。
- ・本人が一人で来られるか、家族等の介護者と一緒に来られる方(送迎はありません)

お申込み 京都市長寿すこやかセンター

Tel 075-354-8741



人生の終末期に 向けての備え

老いや死は、誰も避けることができません。
最後まであなたらしくあるため、
今からできることを考えてみませんか。

日時・会場

平成29年11月27日(月) 9:30~16:00
「ひと・まち交流館 京都」3階 第4・5会議室

対象・定員

市内在住、在勤の方で本セミナーに関心のある方
各回90名

申込方法

裏面申込先に、電話・ファクス・メールのいずれかで
※ 11月1日(水)から受付開始

プログラム (予定)

希望する回のみでの参加も可能

①9:30~
10:30

「老後に備えて ~住まい・家族・終活などの困りごと~」
京都SKYセンター

②10:40~
12:00

「あなたが亡くなった時 ~遺言と相続~」
京都弁護士会

③13:00~
14:30

「老後に使える安心契約
~見守り契約・任意後見契約・死後事務委任契約~」
成年後見センター・リーガルサポート京都支部

④14:40~
16:00

「人生のフィナーレをどう迎えるか
-幸せと思える人生とするために-」
京都府医師会

11/1(水)～
申込受付
開始

連続講座

人生の終末期に向けての備え 参加申込書

ファックス送信先

075-354-8742

フリガナ				
氏名				
お住まい又は お勤め先の区	区	連絡先 電話番号	-	-
事業所名 (専門職の方)				
参加を希望する 回に○印を つけてください	①	②	③	④

- ※ ご記入いただいた事項は、本事業以外に使用することはありません。
- ※ 定員を超え、ご参加いただけない場合のみ、主催者から連絡します。

【申込み・問合せ先】

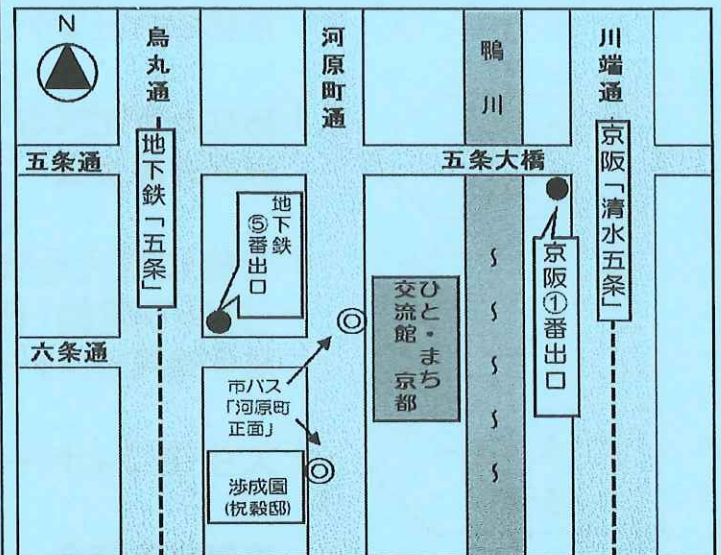
京都市長寿すこやかセンター

電話 075-354-8741
ファックス 075-354-8742
メール sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

〒600-8127
京都市下京区西木屋町通上ノ口上る
梅湊町83-1
「ひと・まち交流館 京都」4階

【会場】

「ひと・まち交流館 京都」3階



※ 駐車場・駐輪場は台数に限りがあるため、可能な限り公共交通機関をご利用ください。

2017年10～12月

やさしい介護講座

この講座は、介護について学びたい一般市民の方を対象に開催します。
ご家庭で介護の必要な方がおられる方、これから介護を必要としている方はぜひ受講ください。
これまでの受講者の男女比は、3～4：6～7の割合です。和気あいあいとした雰囲気の中、
介護についての知識や介助方法について学びます。

日程	テーマ
10月 6日(金)	もの忘れとは違う『認知症』 症状の理解と予防方法
10月19日(木)	介護をするための心がまえ・接し方、介護を通して経験されたお話
10月30日(月)	高齢者に多い病気とその薬の作用
11月 7日(火)	寝返り、起き上がりの方法と介助 (★実技)
11月20日(月)	ベッドと車いすの乗り移りの方法と介助 (★実技)
11月29日(水)	杖・シルバーカー・車いすを使った移動の方法と介助 (★実技)
12月11日(月)	介護保険制度の上手な利用とその相談窓口
12月21日(木)	衣服の工夫、着替えの方法と介助 (★実技)

時間：13：30～15：30

会場：ひと・まち交流館京都 下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の1 (河原町正面東側)

受講料：無料

対象：京都市内に在住か通勤通学の方で、介護や福祉の仕事や資格取得をしていない方

申込方法：各開催月の前月1日より受け付け、各開催日の前日までに裏面の申込用紙に必要事項をご記入の上
FAX を送信していただくか、電話にて直接お申込みください。

その他：各テーマの詳細は、次ページ以降ご確認ください。

お問い合わせ・お申込み先

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会 社会福祉研修・介護実習普及センター

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の1 (河原町正面東側)

電話 075-354-8772

FAX 075-354-8808

E-mail kaigo@kcsw.jp

研修情報ホームページ

京・福祉の研修情報ネット [みやこけんしゅう](#) より

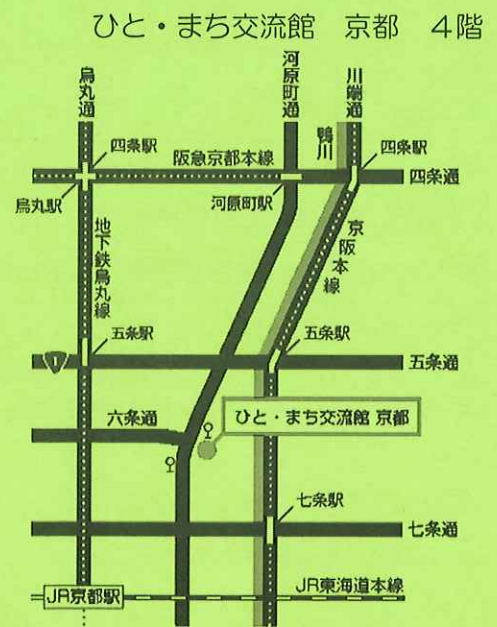
交通案内

【バス】市バス 4, 17, 205 号系統「河原町正面」下車

【電車】京阪電車「清水五条」下車 徒歩 8 分

地下鉄烏丸線「五条」下車 徒歩 10 分

【車】立体駐車場 最初の 1 時間 410 円、以後 30 分ごとに 200 円



やさしい介護講座（10月）

日程	テーマ・講師	会場	定員
6日 (金)	もの忘れとは違う『認知症』症状の理解と予防方法 講師：三幸会 北山病院 澤田 親男 氏（医師）	2階 大会議室	100名
	認知症は予防できるの？治るの？どんな診断で検査があるの？ 認知症を正しく理解することで予防やケアの方法も変わります。治療法や薬についても学べる内容です。		
19日 (木)	介護をするための心がまえ・接し方、介護を通して経験されたお話 講師：醍醐の家ほっこり 上田 充子 氏（主任介護支援専門員） 認知症の人と家族の会 松井 かよ 氏（介護者）	2階 大会議室	100名
	介護のお話を面と向かっては聞きにくく、でも聞きたいことはいっぱいありませんか。いざという時のため、これからのため、介護は終了した方でも、一緒に介護について共有できたらという内容です。		
30日 (月)	高齢者に多い病気とその薬の作用 講師：しんや医院 新屋 久幸 氏（医師）	3階 第4・5会議室	100名
	高齢者に多い病気、症状や治療、処方される薬について学びます。知っておきたい薬の基礎知識、効果や副作用、食べ合わせや飲み合わせについても学べる内容です。		

- 開催時間は、各回13：30～15：30（受付は13：00から始めます）
- 各開催月の前月1日より受け付けを行います。9月1日（金）からとなりますので、ご注意ください。
- FAXでお申込みをされる場合は、下記の申込書に必要事項をご記入ください。

FAX 番号 075-354-8808

10月 申込書

受講希望日	<input type="checkbox"/> 6日（金） <input type="checkbox"/> 19日（木） <input type="checkbox"/> 30日（月） ご希望のテーマの口に <input checked="" type="checkbox"/> を入れてください。		
ふりがな 氏名	男性 ・ 女性 （ ） 歳代		
連絡先	電話	*受講の際に、手話通訳、要約筆記、車いすの使用など、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。	
	ファックス		
お住まいの 行政区	京都市（ ） 区		

本講座は、福祉の現場で勤務されている方、ホームヘルパーなどの資格をお持ちの方のご受講をご遠慮いただいています。該当はありませんか？ **はい** ・ **いいえ** （どちらか〇をつけてください。）
 専門職の方は、対象を専門職に限定した研修を企画しています。ご案内いたしますので、お問合せください。

【お問合せ・申込先】

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会 社会福祉研修・介護実習普及センター
 〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の1（河原町正面東側）
 ひと・まち交流館 京都 4階

電話 075-354-8772 / FAX 075-354-8808

E-mail kaigo@kcsw.jp

やさしい介護講座（11月）

日程	テーマ・講師	会場	定員
7日 (火)	寝返り、起き上がりの方法と介助（★実技） 講師：医療法人亀岡病院 須田 泰正 氏（理学療法士）	1階 福祉用具展示コーナー	20名
	寝返りと起き上がりの方法について、実技を中心に習得します。私たちはいつもどのように寝返りなどを行っているでしょう。無意識の動作を意識して行い、自然な動きと力任せではない介助方法を、介護ベッドやスライディングシートなどの福祉用具を活用し、安楽に安全な介護ができる方法を学びます。		
20日 (月)	ベッドと車いすの乗り移りの方法と介助（★実技） 講師：介護老人保健施設醍醐の里 島 真理子 氏（作業療法士）	2階 第1・2会議室	20名
	ベッドと車いすの乗り移りの方法について、実技を中心に習得します。乗り移りの方法はどのくらいあるかご存知ですか。「よっこらしょ」と持ち上げて介助をしていませんか。力任せではない介助方法でお互い安楽に安全な介護ができる方法を福祉用具の移乗用具を利用し学びます。		
29日 (水)	杖・シルバーカー・車いすを使った移動の方法と介助（★実技） 講師：介護老人保健施設ライブリィきぬかけ 高田 睦弘 氏（理学療法士）	2階 大会議室	20名
	歩行の特性を知り、歩行支援用具をうまく活用します。自分の杖の長さは？どんなシルバーカーが使いやすいかな。実際に使い比べてみましょう。車いすの移動では、でこぼこ道や段差の上り下りなどのコツをつかむことで、楽に移動ができる方法を理学療法士から学べる内容です。		

- 開催時間は、各回13:30～15:30（受付は13:00から始めます）
- ★印のテーマでは、グループに分かれて、実技を中心に実習を行います。動きやすい服装でお越しください。
- 各開催月の前月1日より受け付けを行います。10月1日（日）からとなりますので、ご注意ください。
- FAXでお申込みをされる場合は、下記の申込書に必要事項をご記入ください。

FAX 番号 075-354-8808

11月 申込書

受講希望日	<input type="checkbox"/> 7日（火） <input type="checkbox"/> 20日（月） <input type="checkbox"/> 29日（水）	ご希望のテーマの口に✓を入れてください。
ふりがな 氏名	男性 ・ 女性 () 歳代	
連絡先	電話 ----- ファックス	*受講の際に、手話通訳、要約筆記、車いすの使用など、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。
お住まいの 行政区	京都市 () 区	
本講座は、福祉の現場で勤務されている方、ホームヘルパーなどの資格をお持ちの方のご受講をご遠慮いただいています。該当はありませんか？ はい ・ いいえ (どちらか○をつけてください。)		
専門職の方は、対象を専門職に限定した研修を企画しています。ご案内いたしますので、お問合せください。		

【お問合せ・申込先】

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会 社会福祉研修・介護実習普及センター
 〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の1（河原町正面東側）
 ひと・まち交流館 京都 4階
 電話 075-354-8772 / FAX 075-354-8808
 E-mail kaigo@kcsw.jp

やさしい介護講座（12月）

日程	テーマ・講師	会場	定員
11日 (月)	介護保険制度の上手な利用とその相談窓口 講師：京都市御池地域包括支援センター 秋山 博之 氏 (介護支援専門員)	3階 第4・5会議室	100名
	介護保険や様々な制度、相談窓口の利用方法などを学びます。介護保険の仕組み、申請の仕方、そして上手な利用方法について知ります。また地域包括支援センターは、どんなところ？その役割を学べる内容です。		
21日 (木)	衣服の工夫、着替えの方法と介助（★実技） 講師：訪問看護ステーション虹 西尾 希美重 氏（看護師）	1階 福祉用具展示 コーナー	20名
	痛みや病気、麻痺等の障害になっても衣服の着替えを自分で行える方法、また無理なく介助で行える方法を習得します。衣服の工夫や着替えの際に合わせて行える清拭の方法も紹介します。		

- 開催時間は、各回13:30～15:30（受付は13:00から始めます）
- ★印のテーマでは、グループに分かれて、実技を中心に実習を行います。動きやすい服装でお越しください。
- 各開催月の前月1日より受付けを行います。11月1日（水）からとなりますので、ご注意ください。
- FAXでお申込みをされる場合は、下記の申込書に必要事項をご記入ください。

FAX 番号 075-354-8808

12月 申込書

受講希望日	<input type="checkbox"/> 11日（月） <input type="checkbox"/> 21日（木）	ご希望のテーマの口に✓を入れてください。
ふりがな 氏名		男性 ・ 女性 （ ） 歳代
連絡先	電話 ----- ファックス	*受講の際に、手話通訳、要約筆記、車いすの使用など、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。
お住まいの 行政区	京都市（ ） 区	
本講座は、福祉の現場で勤務されている方、ホームヘルパーなどの資格をお持ちの方のご受講をご遠慮いただいています。該当はありませんか？ はい ・ いいえ （どちらか〇をつけてください。）		
専門職の方は、対象を専門職に限定した研修を企画しています。ご案内いたしますので、お問合せください。		

【お問合せ・申込先】

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会 社会福祉研修・介護実習普及センター

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83番地の1（河原町正面東側）

ひと・まち交流館 京都 4階

電話 075-354-8772 / FAX 075-354-8808

E-mail kaigo@kcsww.jp