

2019年1～3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   |
|----------|---|
| 1月 9日（水） | 床ずれのしくみと予防方法（★実技）   |
| 1月21日（月） | 高齢者に多い病気とその薬の作用   |
| 1月31日（木） | 介護保険制度の上手な利用とその相談窓口   |
| 2月 8日（金） | 衣服の工夫、着替えの方法と介助（★実技）  |
| 2月18日（月） | 入浴の効果、入浴の方法と介助、入浴関連用具の活用とお風呂の環境調整（★実技）                            |
| 2月27日（水） | 『食べる』しくみと工夫、食事の方法と介助  |
| 3月 8日（金） | 口腔ケアの重要性とその効果、口腔ケアの方法と介助、入れ歯のお手入れ<br>持ち物：歯ブラシ(使用中のもので可)、手鏡、ハンドタオル |
| 3月18日（月） | 自宅での看取りの介護  |

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、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。

ご参加いただけない場合のみ、ご連絡をさしあげます。

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）ひと・まち交流館京都 3階

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

## 暴風警報・特別警報発令時の対応について

講座開催当日の午前 7 時現在、また講座開始までに京都市に暴風警報、特別警報が発令された場合は、講座を中止または延期いたします。

その際には、皆さまにはお電話等でお知らせしますが、気象情報をご確認いただきますよう、お願いいたします。



# やさしい介護講座（1月）

平成30年度

| 日程         | テーマ・講師   | 会場            | 定員  |
|------------|--|---------------|-----|
| 9日<br>(水)  | 床ずれのしくみと予防方法（★実技）<br>講師：有限会社ケアネットよしだ 吉田 容子 氏（看護師）  | 2階<br>第1・2会議室 | 20名 |
|            | 床ずれ予防のために必要なことを理解し、発生のメカニズムを学びます。また予防から傷が治るまでの経過を知り、体位変換や体圧分散の実技を学びます。                           |               |     |
| 21日<br>(月) | 高齢者に多い病気とその薬の作用<br>講師：しんや医院 新屋 久幸 氏（医師）  | 3階<br>第4・5会議室 | 70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。                      |               |     |
| 31日<br>(木) | 介護保険制度の上手な利用とその相談窓口<br>講師：京都市御池地域包括支援センター 秋山 博之 氏<br>(介護支援専門員)                                   | 3階<br>第4・5会議室 | 70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。 |               |     |

- 開催時間は、各回13：30～15：30（受付は13：00から始めます）
- 対象は、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
- ★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。12月1日（土）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

ご参加いただけない場合のみ、ご連絡をさしあげます。

### 1月 申込書

|   |  |                             |
|---|--|-----------------------------|
| 受講希望日   | <input type="checkbox"/> 9日（水） <input type="checkbox"/> 21日（月） <input type="checkbox"/> 31日（木） |                             |
|   | ご希望のテーマの口に✓を入れてください。   |                             |
| ふりがな<br>氏名  | 男性 ・ 女性      (                      ) 歳代   |                             |
| 連絡先   | 電話   | *受講の際に、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<br>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。該当はありますか？    はい      ・      いいえ      （どちらか○をつけてください。）<br>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 3階

電話 075-354-8772 / FAX 075-354-8808 / E-mail kaigo@kcsw.jp

# やさしい介護講座（2月）

平成30年度

| 日程         | テーマ・講師   | 会場                | 定員  |
|------------|--|-------------------|-----|
| 8日<br>(金)  | 衣服の工夫、着替えの方法と介助（★実技）<br>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<br>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。                                  |                   |     |
| 18日<br>(月) | 入浴の効果、入浴の方法と介助、<br>入浴関連用具の活用とお風呂の環境調整（★実技）<br>講師：介護老人福祉施設市原寮 奥村 雄一郎 氏（作業療法士）   | 2階<br>大会議室        | 20名 |
|            | 入浴は身体を清潔に保つだけではなく、血行が良くなり、気分転換にもなり精神的なリラックス効果も望めます。要介護度や身体のコンディションにより、それぞれ使用する機器や、環境、介助の方法も変わりますが、無理のない介助方法を習得できる講座です。 |                   |     |
| 27日<br>(水) | 『食べる』しくみと工夫、食事の方法と介助<br>講師：堀川病院 笹井 めぐみ 氏（管理栄養士）  | 3階<br>第4・5会議室     | 20名 |
|            | 『食べる』ための工程はいくつにも分かれています。口に入れてから飲み込むまでの段階を追って理解します。また簡単・便利な調理方法、食事環境の工夫、食事介助の方法などを多岐に渡って習得できる講座です。おいしく楽しく食べる工夫を学びます。    |                   |     |

- 開催時間は、各回13:30~15:30（受付は13:00から始めます）
- 対象は、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
- ★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。1月4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**

ご参加いただけない場合のみ、ご連絡をさしあげます。

## 2月 申込書

|  |  |                             |
|--|--|-----------------------------|
| 受講希望日  | <input type="checkbox"/> 8日（金） <input type="checkbox"/> 18日（月） <input type="checkbox"/> 27日（水） | ご希望のテーマの口に✓を入れてください。        |
| ふり かな<br>氏 名   | 男性 ・ 女性    (            ) 歳代   |                             |
| 連絡先  | 電話<br>ファックス  | *受講の際に、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。 |
| お住まいの<br>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。該当はありますか？    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 3階

電話 075-354-8772 / FAX 075-354-8808 / E-mail kaigo@kcsw.jp

# やさしい介護講座（3月）

平成30年度

| 日程                           | テーマ・講師   | 会場            | 定員  |
|------------------------------|--|---------------|-----|
| 8日<br>(金)                    | 口腔ケアの重要性とその効果、口腔ケアの方法と介助、入れ歯のお手入れ<br>講師：齊藤歯科医院 齊藤 至紀 氏（歯科医師）   | 3階<br>第4・5会議室 | 20名 |
|                              | 「いつまでもおいしくお食事をしていただくために」。この口腔ケアの持つ可能性とその方法について学びます。効果的な口腔ケアは、虫歯や歯周病の予防だけではなく、「食事、呼吸、発生、感染の予防」など、心身の健康を保つために大きく影響します。口腔ケアの可能性とその重要性を知ることができる講座です。                                     |               |     |
| 持ち物：歯ブラシ(使用中のもので可)、手鏡、ハンドタオル |  |               |     |
| 18日<br>(月)                   | 自宅での看取りの介護<br>講師：訪問看護ステーションにしお 西尾 圭子氏（看護師）   | 3階<br>第4・5会議室 | 70名 |
|                              | 住み慣れた『家』や『地域』で最期を迎えるために、「退院したい」「退院させたい」そのためには、どのような手段が必要なのでしょう。また、どのような専門職との関わりがあるのでしょうか。ご本人の希望や気持ちに寄り添い、家族としての支援やケアの方法を知り、ご本人と家族の気持ちを理解するために、訪問看護ステーションを通して長年支援をされている講師よりお話をうかがいます。 |               |     |

- 開催時間は、各回 13：30～15：30（受付は13：00から始めます）
- 対象は、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
- 各開催月の前月1日より受け付けを行います。2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

ご参加いただけない場合のみ、ご連絡をさしあげます。

## 3月 申込書

|              |  |  |
|--------------|--|--|
| 受講希望日        | <input type="checkbox"/> 8日（金） <input type="checkbox"/> 18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<br>氏名   |  | 男性 ・ 女性 （          ） 歳代                                  |
| 連絡先          | 電話<br>ファックス  | *受講の際に、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。                              |
| お住まいの<br>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 3階

電話 075-354-8772 / FAX 075-354-8808 / E-mail kaigo@kcsw.jp