



楽しく学んで
知って得する

社協 出前講座のご案内

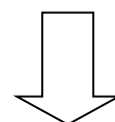


| No. | タイトル | 講座内容 | 講師 |
|-----|--|---|--------------------------------------|
| 1 | 認知症学習会 ～認知症になっても安心して暮らせる まちにするために～ | 認知症に関する基礎知識、接し方や心構えについて学びます。 | キャラバンメイト 認知症地域支援員 地域包括支援センター職員 |
| 2 | 認知症サポーター養成講座 | 認知症に関する基礎知識の習得、認知症の人やその家族への支援のあり方について学びます。(講義 60分～90分) | キャラバンメイト 認知症地域支援員 |
| 3 | 思い出を語ろう ～回想法の体験～ | 昔懐かしい生活用具などを用いて、かつて自分が体験したことを語り合い、生き生きとした生活について考えます。 | 認知症サポーター 認知症地域支援員 |
| 4 | 大人も絵本で学ぼう | 認知症や介護に関する絵本の読み聞かせをします。 | 認知症サポーター 認知症地域支援員 |
| 5 | 必要なときに使える福祉サービス・制度って？ | 福祉サービスや制度について学び、自分の将来や家族の介護について考えます | 弁護士 社協職員 |
| 6 | 社協の仕事について | 寄附したお金や、社協会費はどうなるの？お金を切り口に、社協の仕事について紹介しながら地域のふくしについて考えます。 | 社協職員 |
| 7 | 突然のケガや介護に役立つ！ 車イス介助について | 突然のケガや介護が必要になったとき、災害時にも役立つ車イス介助など、体験しながら学びます。 | 介護士又は 社協職員 |
| 8 | ご存知ですか？身近なユニバーサルデザイン | バリアフリーやユニバーサルデザインについて学び、たくさんの人が利用できるデザインについて考えましょう。 | 地域の先生 社協職員 |
| 9 | いつかは通る道!?介護について ～制度編～ | 親の介護やご自身のライフプランを考えてみませんか？介護保険制度や福祉サービスなどについて学びます。 | 福祉課・社協職員 |
| 10 | いつかは通る道!?介護について ～グッズ編～ | 聞いて安心、知って得する！福祉用具、トイレ用品（紙パンツ）のご紹介。 | 外部講師又は職員 |
| 11 | 元気の秘訣！ フレイル予防・介護予防体操 | できるだけ長く元気で過ごすための体操や、暮らしの中での工夫などフレイル予防・介護予防体操をご紹介します。 | 福祉課・社協職員 |
| 12 | 声かけ合って、笑い合って！ 地域のつどいの始め方 | 集まることで心も体も元気に！体操や集うことの効果、集いの始め方などをご紹介します。 | 社協職員 |
| 13 | 住みやすい地域を考えよう | 地域の現状を知り、より良い地域づくりに向けた取り組みを一緒に考えます（ワークショップ90分） | 社協職員 |
| 14 | 生きがいづくりや新たな出会いに！ ボランティアを始めませんか？ | ボランティアってどんな活動があるの？趣味や特技を活かした活動や地域で行われている活動など紹介しながらボランティアとは何かを、体験や座学で学びます。 | 地域の先生 社協職員 |
| 15 | 土佐町の歴史や魅力を再発見！ | 町内の史跡や、祭りごと、石像、伝統文化、歴史など土佐町の魅力について学びあいます。 | 地域の先生 |
| 16 | 万が一に備える！ | 救急救命・応急手当などについて、実技を交え学びます。 ①心肺蘇生とAEDの使用法 ②きずの手当と止血 ③急病、搬送の仕方 | 日本赤十字社又は 地域の先生 |
| 17 | 南海地震・災害に備えよう | 過去の災害（阪神淡路大震災・東日本大震災等）の事例から、自分達にできる備えは？地域でできる防災・減災の活動を一緒に考えましょう。 | 日本赤十字社又は 地域の先生 |
| 18 | 役立つロープワーク | 災害時だけでなく、日ごろの生活にも役立つロープワークについて学びます（実技60分） | 日本赤十字 |

【問合せ・申込み先】

裏面もご覧ください

土佐町社会福祉協議会・ボランティアセンター
電話：0887-82-1067 FAX：0887-82-1069
e-mail：tosasameura@shirt.ocn.ne.jp



楽しく学んで
知って得する



社協 出前講座の始め方

① まずは社協にご相談下さい

地域やグループで「何か学びたいな～」「今度集まりがあるけど、何か企画したいな」などと思ったら、まずはご相談下さい。表面のプログラムにないテーマでも相談に応じます。

※申込用紙の提出、又は電話でご連絡下さい。

② 参加者や、講座内容を決めます

グループや仲間同士、地区会や行事と合わせてもOKです！

参加者や行事、学びたいテーマにそった内容、時間、講師等一緒に考えます
(3人～4人のグループでの開催もOKです)

③ 日程や場所、講師について決めます

講師や場所によっては費用がかかる場合があります。

講師とも日程調整をして決定しますので、開催希望日までに余裕をもって申込ください。
(目安として1～2か月程度)

④ 講座の開催

開催にあたっては、新型コロナウイルス感染対策を行いながら実施しますが、状況によっては開催中止になる場合がありますのでご了承ください。