

山県市社会福祉協議会 福祉出前講座一覧

体験学習…高齢者や障がい者の気持ちを理解するための体験学習を行います。			
No	講座名	内容	時間
1	高齢者体験	おもりや、サポーターを装着して、高齢者の体験学習を行います。	90分～
2	車いす体験	車いすの仕組みや介助方法を学び、車いすを使用する人、介助する人の体験学習を行います。	90分～
3	視覚障がい者体験	アイマスクや白杖などを使い、目の見えない状態の体験学習を行います。	90分～
4	点字体験	点字盤を使用して、点字を打つ・読む体験学習を行います。	60分～
5	手話体験	聴覚障がい者のコミュニケーションのひとつである手話の体験学習を行います。	60分～
介護保険…介護保険についてや介護に必要な知識を学ぶことができます。			
6	介護保険申請の流れ	デイサービスやホームヘルプサービスなどを利用する際に必要な手続きについてや介護認定について学びます。	30分～
7	福祉用具について	介護保険で利用できる福祉用具について学びます。	30分～
8	介護技術の実技	介護をする時に知っておきたい基本技術を学びます。	60分～
健康…頭や身体を使い健康維持のための体操・脳トレーニングを行います。			
9	認知症について	認知症の症状についてや家族、地域の対応方法について学びます。	30分～
10	介護予防体操	デイサービスで実践している体操やレクリエーションを体験できます。	30分～
11	嚥下体操	嚥下機能を高める体操を行います。	30分～
12	脳トレーニング	間違いさがしや計算問題など頭の体操を行います。	30分～
13	基礎体力テスト	歩行や立ち上がり動作など日常生活に必要な体力をチェックします。	60分～
14	機能改善体操	理学療法士による転倒予防などの機能改善体操を行います。	60分～
15	がんばらない体操	やわらかいボールを使い、誰にでもがんばらないのできる体操を行います。	60分～
16	失禁予防体操	下半身の筋肉を刺激する失禁予防体操を行います。	60分～
17	栄養士のお話	栄養士による『食』についての様々な話を聞くことができます。	60分～
防災…いざという時に役立つ防災について学ぶことができます。			
18	身近なもので作る防災グッズ	新聞紙スリッパや防災頭巾など知っておくと便利な防災グッズづくりを行います。	90分～
19	防災・減災について	地域の避難場所の確認など、防災・減災についての基本知識を学びます。	60分～
その他			
20	悪徳商法に遭わないために	悪徳商法に遭わないためのポイント、騙されてしまった時の対処方法などを学びます。	30分～
21	出張ふれあいサロン	自治会の公民館などをお借りして、コーヒータイムやゲームなどふれあいサロンの体験会を開催します。	60分～