無料
申込制

# やさしい介護講座

## 暮らしの中の「ちょっと不安だな」
## 困ったときの「どうしよう…」に
## ヒントが見つかる講座です。



### こんな時、どうしていますか？

- 認知症になっても自分らしく暮らし続けられる社会って？
- 急に介護が必要になった…どこに相談したらいいの？
- 人への歯ブラシの当て方ってよくわからない…口腔ケアのポイントが知りたいわ！

など…

### 参加者の声（令和7年度アンケートより）

- 認知症のイメージが変わりました。助け合って明るい社会になればいいです。
- 複雑な介護保険制度をかみ砕いて説明頂いて大変分かりやすかったです！
- あいうべーで舌・ほほが柔らかくなる。目からウロコでした！！

### 3ヶ月予定表

対象者：市内に在住または通勤・通学の方
（介護・福祉業務従事者・介護福祉に係る有資格者は対象外）

| 日程・会場 | テーマ・講師 | 定員<br>先着順 |
|---|---|---|
| 1月21日（木）<br>13：30～15：30<br>2階　大会議室 | 『認知症を知り、誰もが希望をもって<br>暮らせる社会について考えよう』<br>講師：京都市認知症介護指導者　橋本　千恵　氏<br>伝えたいこと：認知症の当事者の方が、生きがいをもって住み慣れた地域で安心して暮らすために、地域活動の現状と、将来の認知症施策などについて一緒に学びましょう。 | 50名 |
| 2月18日（木）<br>13：30～15：30<br>2階　大会議室 | 『介護保険制度のしくみと、<br>暮らしを支える身近な相談窓口について』<br>講師：陶化地域包括支援センター　センター長　中村　豪　氏<br>伝えたいこと：「どこに相談したらいいの？」がわかる、介護保険制度と地域包括支援センターのお話です。困ったときの第一歩を安心とともにお届けします。 | 50名 |
| 3月11日（木）<br>13：30～15：30<br>3階　第5会議室 | 『知って安心！お口の健康、いきいき口腔ケア』<br>講師：竹脇歯科医院　院長　濱之上　恵 氏<br>補助員：竹脇歯科医院 歯科衛生士　赤間　薫　氏<br>伝えたいこと：「まだ大丈夫」「調子が悪い」と思っている今こそ知りたい、健康長寿につながるお口のケア習慣と介護予防のポイントを分かりやすく解説します！ | 30名 |

### 参加について

持ち物：筆記用具をお持ちください。
3月の講座では、いつもお使いの口腔ケアグッズをご持参ください。

※要約筆記等をご希望される方は開催2週間前までにお問合せをお願いします。

### 会　場

ひと・まち交流館 京都

市バス4，7，205号系統
「河原町正面」下車
（河原町五条下る東側）



## 申込方法

下記のいずれかの方法でお申込みください。当日受付しませんのでご了承ください。
FAXでお申込みの場合は、ご参加いただけない場合のみご連絡を差し上げます。
メール、京・福祉の研修情報ネットでお申込みの場合は、「kaigo@kcsw.jp」から返信いたします。

- 電話（075)-354-8772 :申込書の①～⑦を担当者へお伝えください。
- FAX （075)-354-8808 :申込書に記入し、送付ください。
- メール　kaigo@kcsw.jp :申込書の①～⑦の内容を送信してください。
- 京・福祉の研修情報ネット :申込書のQRコードを読み取ってお申込みください。

## 申込書

*各回、受付開始日より前に申込みをされた場合は、申込は無効とさせていただきます。
*下記の内容は、本センターの事業以外の目的で使用することはありません。
*先着順です。定員を超えた場合は受付締切日より前に受付終了する場合がございます。
*受付終了後にキャンセルが出た場合でも、追加募集や当日受付はいたしかねますのでご注意ください。

<table>
<tr><td colspan="2">①受講希望日に〇をつけてください</td><td>QRコード</td><td rowspan="2">②氏名</td><td rowspan="2">③年齢</td></tr>
<tr><td>12/1（火）受付開始<br>1/18（月）受付締切</td><td>1月21日(木)<br>認知症</td><td></td></tr>
<tr><td>1/4（月）受付開始<br>2/15（月）受付締切</td><td>2月18日(木)<br>介護保険</td><td></td><td colspan="2">④電話番号</td></tr>
<tr><td>2/1（月）受付開始<br>3/8(月）受付締切</td><td>3月11日(木)<br>口腔ケア</td><td></td><td colspan="2">⑤お住まいの行政区</td></tr>
<tr><td colspan="5">⑥受講の際に、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。</td></tr>
<tr><td colspan="5">⑦講座の延期・中止が決定した場合、ご希望の連絡先に〇をつけてください。<br>メール　・　電話　・　FAX（　　-　　）<br>メールをご希望の方は、下記にメールアドレスをご記入ください。<br>【　　】</td></tr>
</table>

## お問合せ

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
（ひと・まち交流館　京都　4階）

電話：075－354－8772　　FAX：075－354－8808

メール：kaigo@kcsw.jp