

愛媛県在宅介護研修センター（愛称：愛ヶア）

3月講座案内

☆ 詳しく情報が見られます！

→ <http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/>

日時 (H31)	研修名	内容	講師	定員	実費	受付締切日	会場
3月2日 (土) 9:00 ~ 12:00	認知症の基本的理解と心構え ～認知症サポーター養成研修～	現在、85歳以上の4人に1人が認知症の症状にあると言われています。認知症の方がその症状から不安に陥り、その結果周りの人との関係が損なわれ、家族が疲れきって共倒れしてしまうことも少なくありません。しかし、周囲の理解と心遣いがあれば、穏やかに暮らしていくことは可能です。認知症を正しく理解し、認知症の方を見守り、支援する人たちを一人でも増やしていくことは、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりに繋がっていくと思います。 * 終了後にオレンジリングを配布	西条市役所 近藤 誠	40名	無料	2/8 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
3月5日 (火) 13:30 ~ 15:30	からだ快善コンディショニング ～骨盤底筋トレーニングで 体の底力を上げよう～	コンディショニングとは「調整する」「整える」という事です。ヒトが本来持っている基本機能を取り戻せば、子供から高齢者まで全てのヒトの身体は快適に機能し始め、本当に驚くほど身体が変わります。今回は、今話題の身体のコアや骨盤底筋などにも焦点を当てて座位で体幹を整える超簡単エクササイズを紹介いたします。自分自身は勿論、高齢者の現場で即活用出来る内容です。 * 実技あり * 動きやすい服装でお越しください。(スカート不可) * 持参物：フェイスタオル2枚	コンディショニングトレーナー 川口 みどり	30名	400円	2/8 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
3月8日 (金) 13:30 ~ 15:30	【認知症の介護家族限定講座】 認知症の介護家族のお悩み相談会 ～認知症について、一緒に考えましょう～	人は十人十色と言いますが、認知症の介護をされている方の悩みも、まさしく十人十色だと思います。ただ一人で悩みを抱えていることは、体にも心にも、そして介護にも良くありません。中城先生に、その悩みやご質問を聞いていただきましょう。また、当事者の方もご同伴下さい。美味しいコーヒーで、おもてなしさせていただきます。 * 認知症の方を介護されているご家族に限定	高齢者こころのケアセンター 中城 有喜	20名	400円 (コーヒーを 無料提供)	2/15 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
3月12日 (火) 13:30 ~ 15:30	失語症について ～その原因と関わり方～	脳卒中や事故などでおこる脳血管障害の後遺症の一つに、「失語症」があります。人とのコミュニケーションに欠かせない言葉を失ってしまったら、どんなに不自由なことでしょう。この講座で「失語症」に関して学んでいただき、少しでも失語症の方が暮らしやすい環境づくりをしましょう。	愛媛県立中央病院 三瀬 和人	40名	400円	2/19 (火)	愛媛県在宅介護 研修センター
3月13日 (水) 13:30 ~ 15:30	看取りの関わりから学んだこと ～尊厳を支える看取り～	終末期を迎える方が、できるだけ穏やかな日々を過ごし、最期までその人らしく生き抜くことができるように尊厳をもってケアに携わること。在宅や緩和ケア病棟で関わった多くの方たちの人生の幕引きから学んだ気づきを通して、看取りのケアのあり方について考えます。	松山ペテル病院 ボランティアコーディネーター 森 菊子	40名	400円	2/20 (水)	愛媛県在宅介護 研修センター
3月15日 (金) 13:30 ~ 15:30	急性期病院と 地域医療・介護・福祉との連携	団塊の世代が高齢者となり、いよいよ高齢社会の到来です。まさに今必要とされている急性期病院と地域医療・介護・福祉の連携は、どのように行われているのでしょうか。松山赤十字病院の患者支援センター（地域医療連携室）でお仕事をされている金山めぐみ先生をお迎えして、実際の現場で行われている連携のお話をお聞きしましょう。	松山赤十字病院 金山 めぐみ	40名	400円	2/22 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
3月25日 (月) 13:30 ~ 16:00	生活リハビリと遊びリレーション ～生活を変えない工夫とは～	介護が必要になると、今までとは全く違った生活になり、今まで見たこともないような介護用品や介護機器が必要になったと思われがちです。介護する側・される側も初めての体験で戸惑うばかりです。でも、本当に大事なことは、できるだけ生活を変えずに、出来ることは自分でやることです。そのためには何が必要かをお伝えします。	愛媛県在宅介護研修センター 金田 由美子	40名	無料	3/4 (月)	愛媛県在宅介護 研修センター

☆ 個人で見学研修をご希望の方は下記日時にお越しください。（お申し込みは、電話にてお願いいたします。）

3月25日 (月) 10:00 ~ 11:30	愛媛県在宅介護研修センター 見学会	研修センターの成り立ちや、生き活きた暮らしを支える介護のために押さえておきたいポイント等をお話します。介護のための住宅改修をお考えの方は、事前にぜひ見学されることをお勧めします。	愛媛県在宅介護研修センター 金田 由美子	20名	無料	3/22 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
----------------------------	-------------------	---	-------------------------	-----	----	----------	-------------------

☆ ご注意ください!!! ☆

- ① 一般の方を優先とし、応募者多数の場合は抽選により受講生を決定いたします。受付締切日の午前9時まで受付後、抽選いたしますのでご了承下さい。(3月25日の見学会につきましては、抽選を行いません。)
- ② 当選された方(受講いただける方)に締切後2週間以内に受講票を郵送いたしますが、受講の可否をお知りになりたい方は、直接 当センターまでお問い合わせ下さい。(3月25日の見学会につきましては、受付後随時受講票を郵送いたします。)
- ③ 申込み状況により、受付締切日以降でも受講可能な場合があります。受付状況につきましては、当センターへお問い合わせいただくか、または、http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/promote/pro_schedule.html でご確認ください。

みんなで学ぼう介護のいろは

愛媛県在宅介護研修センター
(指定管理者 特定非営利活動法人 愛と心えひめ)
〒791-0122 松山市末町甲9番地1
TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732

愛媛県在宅介護研修センター（愛称：愛ケア）

4月講座案内

☆ 詳しく情報が見られます！

→ <http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/>

日時 (H31)	研修名	内容	講師	定員	実費	受付締切日	会場
4月9日 (火) 13:30 ~ 15:30	高齢者との関わり方講座 ～コミュニケーションスキルを高めましょう！～	お年寄りや「何を話したらいいの？」「どうやって接したらいいの？」と悩んでいる方はいませんか？苦手と思うとなかなか前に進めません。一歩前に出られるように、一緒にスキルアップをしましょう！	S.I.Cオフィス キャリアステーション 河野 久美子	40名	400円	3/11 (月)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月12日 (金) 13:30 ~ 16:00	徹底！転ばない足づくり ～自分で出来る転倒予防～	「最近、転びやすくなった」と感じている方はいませんか？転ばない体は、まず健康な足づくりからです。自分の体と足の癖を知り、転倒しにくい姿勢、歩き方を身につけましょう！また、転倒を予防するための靴の選び方、履き方などについても一緒に学びましょう！ * 実技あり 動きやすい服装で	(社)日本ウォーキング協会公認 ウォーキング指導者 御堂 正江	30名	400円	3/12 (火)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月15日 (月) 13:30 ~ 16:00	こだわりの入浴セミナー ～作業からケアへ～	「食事・排泄・入浴」を三大介護と言います。食事と排泄は人間が生きることに直接関係があることですが、入浴はそこまで重要でないのでは…と思いませんか？でも日本人にとっての入浴は、食事と排泄と同じくらい大事な位置づけにあります。そしてその比重は、健康な人より要介護状態になった人の方が重くなります。なぜならば、きちんとした入浴ケアは「生きる喜び」につながるからです。「浮力」を味方につけた入浴ケアを学びましょう。 * 実技あり 動きやすい服装で * お湯を張った浴槽に肩まで浸かって入浴ケアの実習を行います。 * 持参物：入浴できる衣類 (Tシャツ・短パン・水着等) ・着替え ・バスタオル・上靴	愛媛県在宅介護研修センター 金田 由美子	20名	400円	3/18 (月)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月17日 (水) 13:30 ~ 16:30	高齢者の摂食・嚥下リハビリテーション	加齢や脳卒中などが原因で起こる、食べ物や飲み物を飲み込むことの障害について、映像 (VF・VE) も見ながら理解を深めましょう。また、安全に食べるための訓練の手法や指導方法、食事場面の観察ポイントや工夫などについてお話しします。	松山赤十字病院 リハビリテーション科 川中 理子	40名	600円 (教材費含)	3/18 (月)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月19日 (金) 13:30 ~ 15:30	尊厳ある終末期ケアを目指して ～人それぞれの死を支援するために～	時代や制度が変わっても人が死ぬことは避けられません。「死」とは「生」と同じように個性の強いものです。それぞれの人が悔いのない死を迎えるために、介護、看護、家族、地域がどのように連携していけばいいのかが一緒に考えませんか。	株式会社 響 小規模多機能ホーム三町 井上 和弘	40名	400円	3/19 (火)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月22日 (月) 13:30 ~ 16:00	身体拘束・虐待を防ぐケア ～より良い介護を目指して～	子供の虐待には、よく「しつけ」という言葉を隠れ蓑に使います。では、老人の身体拘束には、どのような言い方が隠れ蓑になっているでしょう。「転倒」とか「不潔行為」を止めるために、やむを得ず…が多いようです。この講座を聞いて、何が虐待になるか？ということから、改めて考えてみましょう。身体拘束をする前に、やらなければならぬことが、きっと見つかります。	NPO法人 マイアヘルプフュー 鳥海 房枝	40名	400円	3/22 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月23日 (火) 10:00 ~ 16:00	【看護職限定講座】 介護現場における看護職の役割	医療現場から介護現場に移られた看護師さんは、多かれ少なかれ戸惑われることがあるのではないのでしょうか。その戸惑いを解決するヒントがこの講座にあります。どうすれば介護職をはじめ他職種と連携が取れるか？「生活モデル」の介護の中で、看護職の役割は何だろうか？など、すぐに役立つ内容満載。研修センター唯一の専門職 (看護職のみ) 研修です。ぜひ、お越しください。 * 看護職の方に限定 * 昼食は各自で用意		30名	400円	3/25 (月)	愛媛県在宅介護 研修センター
4月25日 (木) 13:30 ~ 15:30	楽しく元気になるレクリエーション	同じゲームを支援しても、リーダーによって参加者の盛り上がり具合が違うのを体験したことはありませんか？それにはちょっとしたコツがあるのです。レクリエーションの進め方やゲームの展開方法などを学び、より楽しく元気になるレクリエーションの技術を身につけて、支援者も参加者も共に楽しめるようになりませんか？ * 実技あり * 動きやすい服装でお越しください。(スカート不可)	愛媛県福祉レクリエーション 研究会ネットワーク 久保田 加寿美	40名	400円	3/25 (月)	愛媛県在宅介護 研修センター

☆ 個人で見学研修をご希望の方は下記日時にお越しください。(お申し込みは、電話にてお願いいたします。)

4月15日 (月) 10:00 ~ 11:30	愛媛県在宅介護研修センター 見学会	研修センターの成り立ちや、生き活きた暮らしを支える介護のために押さえておきたいポイント等をお話します。介護のための住宅改修をお考えの方は、事前にぜひ見学されることをお勧めします。	愛媛県在宅介護研修センター 金田 由美子	20名	無料	4/12 (金)	愛媛県在宅介護 研修センター
----------------------------	-------------------	---	-------------------------	-----	----	----------	-------------------

☆ ご注意ください!!! ☆

- ① 一般の方を優先とし、応募者多数の場合は抽選により受講生を決定いたします。受付締切日の午前9時まで受付後、抽選いたしますのでご了承下さい。(4月15日の見学会につきましては、抽選を行いません。)
- ② 当選された方(受講いただける方)に締切後2週間以内に受講票を郵送いたしますが、受講の可否をお知りになりたい方は、直接当センターまでお問い合わせ下さい。(4月15日の見学会につきましては、受付後随時受講票を郵送いたします。)
- ③ 申込み状況により、受付締切日以降でも受講可能な場合があります。受付状況につきましては、当センターへお問い合わせいただくか、または、http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/promote/pro_schedule.html でご確認ください。

みんなで学ぼう介護のいろは

愛媛県在宅介護研修センター (指定管理者 特定非営利活動法人 愛と心えひめ) 〒791-0122 松山市末町甲9番地1 TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732
--

愛媛県在宅介護研修センター（愛称：愛ヶア）

5月講座案内

☆ 詳しく情報が見られます！

→

<http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/>

日時(2019)	研修名	内容	講師	定員	実費	受付締切日	会場
5月8日(水) 13:30~15:30	笑いヨガ健康教室 ～笑いの効果を体感しましょう～	昔から「笑いは人の薬」と言います。その意味は、「笑うということは、人にとって薬と同じように役立つ」ということです。これを実際に感じる事ができるものが、『笑いヨガ』です。身体の健康は心の健康から、心の健康はまず笑いから…さあ、夏バテを笑いで吹き飛ばしましょう！ *笑いヨガの実技あり 動きやすい服装で	Dr.Kataria of Laughter Yoga 認定笑いヨガティーチャー 玉井 千恵	30名	400円	4/8(月)	愛媛県在宅介護 研修センター
5月14日(火) 13:30~15:30	アンガーマネジメントの基本を学ぶ ～ストレス・イライラで潰れて しまわないうちに来てください！～	「介護をしながらついイラッとしてあたってしまふ・・・。」「介護・職場・家庭のストレスが溜まってしょうちゅうイライラする・・・。」 ・・・そんなストレス・イライラにまつわるお悩みはありませんか？この講座で心が少しでも楽になるよう、今話題の心理トレーニング「アンガーマネジメント」(怒り・イライラとの上手な付き合い方)のイロハを一緒に学んで、介護生活・介護現場で活かしていきましょう。	日本アンガーマネジメント協会 石井 真奈	40名	400円	4/15(月)	愛媛県在宅介護 研修センター
5月17日(金) 18:30~20:30	★共催★愛南町 人間学を根拠とした認知症介護	認知症に関する介護基礎講座です。講師の三好先生は、このようにおっしゃっています。「認知症は悲惨ではありません。認知症介護の不在が『悲惨』を作っているのです。人間学に基づいた理解と介護によって、認知症の人と共に生活する方法を学びましょう。」 テキスト『認知症介護』（雲母書房）当日販売あり。	生活とリハビリ研究所 三好 春樹	100名	無料	4/18(木)	愛南町役場 (南宇和郡愛南町 城辺甲2420)
5月18日(土) 13:30~15:30	老人介護 基本の「き」	介護で腰を痛める方は大勢います。介護力を補うために介護ロボットが導入され、それに助成金を付けるところまであります。でも、ちょっと待って下さい。介護は力仕事とは違います。それに、介護を受けている方の身体機能は、本当に何も出来なくなっているのでしょうか。力仕事で介護をやってしまうと、肝心な相手の機能が全く読めなくなります。もう一度介護の本質をから、学びなおしてみませんか？ *実技あり 動きやすい服装で		50名	無料	4/18(木)	特別養護老人 ホーム森の園 (伊予市森甲 440-1)
5月20日(月) 13:30~15:30	「地域で生きること」を支える ～池さんものがたり～	介護が必要になったら、あなたは「何処で」暮らし、「誰に」介護してほしいですか？西条市に「地域で生きること」を支えている『テイサービスセンター池さん』があります。代表の池内大輔さんの実践報告を聞きながら、「地域の支えで暮らすこと」「地域で老いること」「地域で最期を迎えること」など、誰にでも大事な「これからのこと」としてお考え下さい。	テイサービスセンター池さん 池内 大輔	40名	400円	4/23(火)	愛媛県在宅介護 研修センター
5月23日(木) 13:30~15:30	「介護保険サービス」の利用について ～知っておきたい介護保険利用のポイント～	“介護”を一人で抱え込まないために、“人”や“制度”と上手に繋がっていきましょう。その為に、相談できる場所、介護保険サービスの種類と、併せて利用できる医療、障害福祉など周辺制度のツボも知っておきましょう。知らないと損をする助成制度、介護にかかる費用に関する事など、介護保険サービスを利用されている方、これからの介護に備えたい方が知っておくべきポイントをお伝えします。	居宅介護支援事業所 愛と心えひめ 鈴木 大	40名	400円	4/23(火)	愛媛県在宅介護 研修センター
5月27日(月) 13:30~16:00	介護不安は解消できる！	医学が進歩し、長生きする人が増えたことから、介護を受けて暮らす人が増えました。介護をするか・受けるかは別として、介護というものに関わる可能性は誰にでもあります。「出来るだけ避けて通りたい」というのが、介護のイメージですが、避けて恐れているより、備えをして受け止めるようにしませんか？この講座を参考にして下さい。	愛媛県在宅介護研修センター 金田 由美子	40名	400円	4/26(金)	愛媛県在宅介護 研修センター
5月29日(水) 13:30~15:30	今日から始めるお口のリハビリ ～口腔機能の低下によるリスクと適切なケア～	「食べる」ということは、栄養摂取のみならず生活における楽しみのひとつです。しかし、口腔機能が低下している人は、誤嚥による肺炎などのリスクが高くなります。だからこそ、適切な口腔ケアで、諦めずに「口から食べる、味わう」可能性を広げていきたいと思えます。 *歯ブラシを用いた実技あり *持参物：歯ブラシ・タオル	訪問歯科衛生士 阿部 博恵	40名	400円	4/26(金)	愛媛県在宅介護 研修センター

☆ 個人で見学研修をご希望の方は下記日時にお越しください。（お申し込みは、電話にてお願いいたします。）

5月27日(月) 10:00~11:30	愛媛県在宅介護研修センター 見学会	研修センターの成り立ちや、生き活きた暮らしを支える介護のために押さえておきたいポイント等をお話します。介護のための住宅改修をお考えの方は、事前にぜひ見学されることをお勧めします。	愛媛県在宅介護研修センター 金田 由美子	20名	無料	5/24(金)	愛媛県在宅介護 研修センター
-------------------------	-------------------	---	-------------------------	-----	----	---------	-------------------

☆ ご注意ください!!! ☆

- ① 一般の方を優先とし、応募者多数の場合は抽選により受講生を決定いたします。受付締切日の午前9時まで受付後、抽選いたしますのでご了承下さい。(5月27日の見学会につきましては、抽選を行いません。)
- ② 当選された方(受講いただける方)に締切後2週間以内に受講票を郵送いたしますが、受講の可否をお知りになりたい方は、直接 当センターまでお問い合わせ下さい。(5月27日の見学会につきましては、受付後随時受講票を郵送いたします。)
- ③ 申込み状況により、受付締切日以降でも受講可能な場合があります。受付状況につきましては、当センターへお問い合わせいただくか、または、http://home.e-catv.ne.jp/e-zaitakukaigo/promote/pro_schedule.html でご確認ください。

みんなで学ぼう介護のいろは

愛媛県在宅介護研修センター
(指定管理者 特定非営利活動法人 愛と心えひめ)
〒791-0122 松山市末町甲9番地1
TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732