

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

愛媛県在宅介護研修センター（愛称：愛ケア）

6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
6月1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	400円	5/7(火)	愛媛県在宅介護 研修センター
6月7日(金) 13:30~16:00	成年後見制度を学びましょう！	自分には、成年後見制度なんて関係ないと思いませんか？大切な身内の「財産」と、その「生活のすべて」を護る「成年後見制度」。「将来の財産管理をどのようにしたら良いか分からない」、「悪徳商法にだまされた」、「障害のある子が『親亡き後』に困らないために」など、様々な場面から、大切な人の「財産」と「権利」を護ってくれる成年後見制度について、一緒に学びませんか？	えひめ権利擁護 センター新居浜 山本 豪	40名	400円	5/8(水)	愛媛県在宅介護 研修センター
6月18日(火) 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と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	5/20(月)	愛媛県在宅介護 研修センター
6月20日(木) 10:00~16:00	自立支援の介護を学ぼう！	介護を力仕事と思っている方が、大勢います。でも、こちらが力任せで介護をしている限り、介護を受けている方の自立はあり得ません。介護を受ける方、どこが不自由なのか？何が活かせるか？を考えるとこちらから、介護は始まります。そして、それから・・・ここから先を学ぶための実技講座です。何の心得もなく不安な方も、介護で腰を痛めた経験のある方も、ぜひご参加ください。 *実技あり 動きやすい服装で(スカート不可)、上靴を持参 *昼食は各自で用意	生活とリハビリ研究所 下山 名月	50名	無料	5/21(火)	今治地域地場 産業振興 センター 第2研修センター (今治市旭町2-3-5)
6月21日(金) 10:00~16:00	自立支援の介護を学ぼう！	介護を力仕事と思っている方が、大勢います。でも、こちらが力任せで介護をしている限り、介護を受けている方の自立はあり得ません。介護を受ける方、どこが不自由なのか？何が活かせるか？を考えるとこちらから、介護は始まります。そして、それから・・・ここから先を学ぶための実技講座です。何の心得もなく不安な方も、介護で腰を痛めた経験のある方も、ぜひご参加ください。 *実技あり 動きやすい服装で(スカート不可)、上靴を持参 *昼食は各自で用意		30名	400円	5/21(火)	愛媛県在宅介護 研修センター
6月22日(土) 13:30~16:30	地域包括ケアシステムって何？ ～地域コミュニティと 地域包括支援センターの役割～	平成12年に始まった介護保険制度は改正の度に複雑なものになってきています。また団塊の世代が後期高齢者(75歳以上)になる2025年を見据えて、国が推奨しているのが「地域包括ケアシステム」です。これはどのようなもので、今までの仕組みとどこがどのように変わるのでしょうか？今後の介護保険制度の方向性を理解するためにも、この「地域包括ケアシステム」について一緒に学びましょう。	久万高原町役場 畝本 幸男	30名	400円	5/22(水)	愛媛県在宅介護 研修センター
6月25日(火) 13:30~15:30	生活の中で支えるターミナルケア	介護を続けたその方の「看取りの時」を、どこで迎えたいと思いますか？その場所を病院とするならば、入院したその日から、その方は「病人」であり、「患者さん」と呼ばれます。でも、その場所を今まで生活していた所とするならば、特に何も変わりません。生活の延長線上にある日々の積み重ねがあるのみです。大事なことは、どちらがその方らしい最期の時になるかでしょう。今回は、「生活の場で看取る」ということについて、お話を聞かせて頂きます。	指定介護老人福祉施設 なかやま幸梅園 窪田 里美	40名	400円	5/27(月)	愛媛県在宅介護 研修センター
6月29日(土) 10:00~12:00	【男性限定講座】 介護版男性専科① ～介護の基本の「き」～	「介護は突然やってきます！」と、よく言われます。何の備えもなく、突然介護をする立場になったら、どんなに戸惑うことでしょうか。わかってはいるけど、介護についての勉強会は女性ばかりで、ちょっと…と、二の足を踏んでいらっしゃるシャイな男性に朗報です。この度、男性だけを対象とした連続講座を企画いたしました。講師も、もちろん男性です。今回は、その第1回目、『介護の基本の「き」』です。これから介護を始められる方も、すでに介護をなさっている方も、ぜひご参加ください。	認知症介護指導者 森川 隆	40名	400円	5/29(水)	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。)

6月18日(火) 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	6/17(月)	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。(6月18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。(6月18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）

7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
7月8日(月) 14:00～16:00	★共催★久万高原町 そろそろ自分のコト そろそろ親のコト ～楽しく分かる終活講座～	年を取ると、若いころとは、同じようにはいきません。動きも遅くなるし、覚えることも、だいたい苦手になってきます。これは老化現象でしょうか。でも、老人は病人ではありません。まだまだそれなりに、元気に暮らしていくことができます。老いをどう受け止め、どう考えるかは、今をどう支え、これから何が必要になるかを知る、大事な学びになります。ぜひ、お願いあわせの上、ご参加ください。	NPO法人 メイアイヘルプユー 鳥海 房枝	100名	無料	6/10(月)	久万高原町 中央公民館 (久万町民館) (久万高原町久万188)
7月9日(火) 13:40～15:40	★共催★上島町 前向きに老いを考えるためのヒント ～生活の中の生老病死～	「老いる」ということは避けては通れません。「老いることは仕方がないけど、介護を受けるようになることが不安」と思われている方も、いらっしゃるでしょう。日々の暮らしの先に、不安が待っているとしたら、あまり明るい気持ちになれないかもしれません。「老いることを考えると気が滅入るから、考えないようにしている」ではなくて、どう考えたらいいかを学び、前向きになれるヒントをもらいましょう。ぜひ、お願いあわせの上、ご参加ください。		100名	無料	6/18(火)	弓削地域交流 センター (上島消防署2階) (隠岐郡上島町弓削 下弓削1037)
7月16日(火) 13:30～15:30	食中毒から身を守ろう！ ～あなたの安全が、 みんなの安全につながります～	わが国で発生する食中毒は年間事件数にして約1,000件、患者数にして約25,000人です。飲食店、学校、グループホーム、家庭など、どんな場所でも起きる可能性があります。いつも普通に調理し、食事していることが、思いもしない食中毒につながることもあります。食中毒予防のポイントを、改めて学んでみましょう！	愛媛県中予保健所 生活衛生課 職員	40名	400円	6/17(月)	愛媛県在宅介護 研修センター
7月19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。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)	6/21(金)	愛媛県在宅介護 研修センター
7月20日(土) 10:00～12:00	ダブルケアの本質 ～笑顔の子育て、ありがとうの介護～	2012年に「ダブルケア」という言葉が生み出され、問題提起されました。その後、内閣府が実態調査を行い「一定の進展はあるものの、まだまだ大きな課題が残っている」のが現状です。「ダブルケア」とは家族の介護と子育てに同時に直面することです。どちらか片方だけでも大変なのに、相談する機関も相手もなく、育児と介護の優先順位をどうするか、また、経済的負担や仕事との両立といった問題も大きな課題です。「ダブルケア」における「ケアの本質」とは何かを一緒に考えてみませんか？	西条市役所 近藤 誠	40名	400円	6/20(木)	愛媛県在宅介護 研修センター
7月23日(火) 13:30～15:30	自分らしい生き方＝逝き方 ～在宅医療での自然な着取り～	「人生設計」という言葉の意味を調べると、どの辞書でも老後の暮らしで終わっています。でも、これからはその先の「逝き方」までを加えて「人生設計」としなければならぬ時代が来ます。それが超高齢化社会の次にくる「多死社会」への備えです。亡くなるまでを、どう自分らしくより良く生きるか？どこで暮らし、医療や介護が必要になったら、どうするか？きくと、この講座が、それを考えるための一助になると思います。	医療法人 ゆうの森 永井 康徳	40名	400円	6/24(月)	愛媛県在宅介護 研修センター
7月27日(土) 10:00～12:00	【男性限定講座】 介護版男性専科② ～認知症を理解しましょう～	6月に引き続き、今回も男性だけの介護講座です。「認知症」に関する情報は、今や新聞・本・ネットなどから、たくさん得られる時代です。『でも…いくら情報を集めても、目の前にいるこの人をどうしたらいいかは、さっぱりわからない』—これが、介護者の正直な気持ちではないでしょうか。あんなに何でもできた奥さんが…、あんなにきれい好きだったお母さんが…と思うから、つい怒ってしまう、大きな声を出してしまう。やはり「認知症」に関する勉強も必要のようです。一度この講座に参加してみませんか？	認知症介護指導者 森川 隆	40名	400円	6/28(金)	愛媛県在宅介護 研修センター
7月30日(火) 13:30～16:00	生活リハビリとは何か ～生活行為に勝る訓練なし～	私たちが普通に行っている食事・排泄・入浴。それが、介護が必要になった途端に全く別物になってしまうことがあります。介護用品に囲まれた生活、食事も排泄もベッドの上で、そして入浴はストレッチャーに横になって…本当にそういう生活しか出来ないのでしょうか？何とか普通に暮らせたいものだろうか？と試したことはありますか。試したことが無い方は、ぜひこの講座で、試し方を学んでください。介護に「やりがい」を感じられます。	愛媛県在宅介護 研修センター 金田 由美子	40名	400円	7/1(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。)

7月30日(火) 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	7/29(月)	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。(7月30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、受講の可否を知りたい方は、直接 当センターまでお問い合わせ下さい。(7月30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9番地1
TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732