



つながる

ブック



Tsunagaru Book

はちぼんまつ



『つながるブック』は、八本松地域の医療機関や福祉施設等の専門職が地域の集いの場でおこなう出前講座をまとめた冊子です
講座を通じて、皆さんと医療・福祉関係者がより身近な関係となれることを目的のひとつとして作成しました
サロンや通いの場、地区社協や住民自治協議会等でぜひご活用ください

社会福祉法人 東広島市社会福祉協議会

令和5年4月発行

内容一覧

法人・施設名	番号	テーマ	所要時間	ページ
八本松病院	1	こつこつ体操	30分	1
	2	誤嚥を防ぐための嚥下体操	20～30分	
	3	食事でフレイルを予防しよう	30分	
	4	骨粗しょう症のはなし	30分	
	5	骨粗しょう症の薬のはなし	30分	2
	6	眼の病気について	30分	
	7	乳がん検診の大切さ	30～40分	
	8	介護保険・医療保険について	30～40分	
山田脳神経外科	9	ひとりでもみんなでもできる簡単体操	30～40分	3
	10	動脈硬化を予防しよう！	30～40分	
	11	MRI検査について知ろう！	30～40分	
	12	介護保険制度について	30～40分	
訪問介護事業所いろは	13	介護福祉タクシーって何？	20分	
げんき堂 東広島店	14	あなたは大丈夫？正しい靴の選び方	30～60分	4
	15	楽しく正しいウォーキング	30～60分	
	16	正しく座る	30～60分	
	17	肩こりや床ずれは枕から	30分	
	18	介護食ってどうなの？	60分	
	19	介護ロボット体験会	30分～60分	5
	20	福祉用具を知る・触る・使う(全5回)	30分～60分	
	21	なかなか聞けない紙オムツ、パンツ	30分～60分	
	22	紙オムツなぜ漏れる	30分～60分	
	23	新しい褥瘡ケア	30分～40分	
24	専門職も意外と知らない車いす介助	30分～60分		
25	移乗介助の基本はバランス力	60～90分		
26	徘徊の搜索は左回りで！	30分		
訪問看護ステーションみのり	27	タクティール・ケアのすすめ:背中編	40分	6
	28	タクティール・ケアのすすめ:手・腕編	40分	
デイサービス笑脳(え～のう)	29	出張！健康教室	30分～※要相談	
	30	脳トレ動画を見ながら脳を活性化！	相談して時間設定可	
AOIケアリングステーション	31	体幹の力とバランス能力	30～40分	7
	32	手の力・指の力	30～40分	
	33	食べること・話すこと	30～40分	
	34	介護保険制度について	30～40分	
	35	自宅での最期の迎え方について	30～40分	

NPO法人人間大好き	36	腰痛予防体操	30～40分	8
	37	介護保険の上手な使い方	30～40分	
	38	認知症の基礎知識と予防のためのゲーム	30分程度	
	39	排泄の課題、体操で改善しませんか？	30～40分	
	40	簡単楽しい おやつづくり	要相談	
広島県立障害者療育支援センター	41	楽しく知ろう！ ソーシャルスキルトレーニング	40～50分	9
	42	ケアする人をケアする 身体介助研修会	60分	
	43	子どもの脳と体の育ちをうながす感覚運動遊び	30分	
	44	乳幼児のことばの発達について－ことばが遅いと感じたら－	40～50分	
	45	ニュースポーツ・車いす体験	40～50分	
つつじ	46	発達障害について ①概要編	60分程度	10
	47	発達障害について ②幼児期編	60分程度	
	48	身体介助の基礎について	30～40分程度	
	49	障害者の権利擁護と差別について	60分程度	
	50	紙すき体験	30～40分程度	
エンジェルアイ有限会社	51	認知症予防について	30～40分	11
	52	児童発達障害について	30～40分	
	53	フレイル予防について	30～40分	
広島県リハビリテーション協会	54	精神保健福祉のあゆみ	30～40分	12
	55	からだに負担のない介護の基本	30～40分	
	56	自宅でできる運動	30分～40分	
	57	低栄養防止のための食生活	30分～40分	
	58	長谷川先生から学ぶ「長谷川式簡易知能評価スケール」について	70分	
八本松地域包括支援センター	59	介護保険のしくみ	60分	13
	60	豊かな人生とともに「ACP:人生会議と未来ノートの活用」	90分	
	61	認知症サポーター養成講座	90分	
東広島市役所医療保健課	62	健診から始まる生活習慣予防	60分	13
	63	めぞそう！いきいき百歳！の秘訣 ～フレイル予防～	60分	
	64	食育を推進しよう	60分	
	65	あなたの健康づくりを応援します～えっと健康！がち元気！ちいとやってみようや東広島～	60分	14
	66	大切な命を守ろう(あなたもゲートキーパー)	60分	
	67	こころの健康づくりについて	60分	
	68	フレイルサポーター養成講座	90分	
	69	望まない受動喫煙を防ごう	30分	
東広島市社会福祉協議会	70	助け合い体験ゲーム	60～90分	15
	71	成年後見制度出前講座～自分らしく生きるための契約と財産管理～	30～60分	
	72	避難所運営ゲームHUG	90分～	

■八本松病院

★診療科:内科、呼吸器内科、消化器内科・外科、循環器内科、
小児科、外科、整形外科アレルギー科、脳神経外科、
眼科、リハビリテーション科、乳腺外科



1	こつこつ体操	八本松病院 リハビリテーション科
骨や筋肉を強くする体操を一緒に行いながら、骨折予防のアドバイスを行います		
理学療法士・作業療法士		30分
必要物品:椅子 人数制限:なし		
2	誤嚥を防ぐための嚥下体操	八本松病院 リハビリテーション科
誤嚥予防の体操、運動を一緒に行います		
言語聴覚士		20~30分
必要物品:椅子 人数制限:なし		
3	食事でフレイルを予防しよう	八本松病院
健康に過ごすために、必要な栄養を上手に摂取し、低栄養を予防しましょう		
管理栄養士		30分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 人数制限:なし		
4	骨粗しょう症のはなし	八本松病院
「骨粗しょう症ってどんな病気?」「治療法は?」「予防法は?」骨粗しょう症マネージャーの資格をもったスタッフがわかりやすく解説、疑問にお答えします		
診療放射線技師		30~45分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 人数制限:なし		
5	骨粗しょう症の薬のはなし	八本松病院
骨粗しょう症に使用される薬の作用について、分かりやすく説明します		
薬剤師		30分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 人数制限:なし		

6	眼の病気について	八本松病院
眼の病気について知っていただき、受診のタイミング・日頃の生活・検査の大切さについて、視の専門検査士がお伝えします		
看護師、視能訓練士		30分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 人数制限:なし ※木・土・日・祝を除いた日で調整		
7	乳がん検診の大切さ	八本松病院
乳がんについて、検診や早期発見の重要性、自己チェック方法など、検診マンモグラフィー認定技師が皆さまの気になることや疑問にお答えします		
診療放射線技師		30~40分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 人数制限:なし		
8	介護保険・医療保険について	八本松病院
介護保険とはなにか？医療保険との違いは？ またその利用の方法について、分かりやすく説明させていただきます		
社会福祉士、医療事務		30~40分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 人数制限:なし		

■山田脳神経外科

★診療科:脳神経外科、神経内科、リハビリテーション科
瑠璃光会居宅介護支援事業所、通所リハビリ(デイケア)



9	ひとりでもみんなでもできる簡単体操	山田脳神経外科
看護師が教える失禁体操、介護福祉士が教える体とお口の体操をみんなで一緒にやってみましょう！		
介護福祉士、看護師		30~40分
必要物品:なし 人数制限:なし		
10	動脈硬化を予防しよう！	山田脳神経外科
動脈硬化とはどういう状態か？なぜいけないのか？頸部エコー検査を実施している技師が分かりやすく説明します		
臨床検査技師、看護師		30~40分
必要物品:スクリーン 人数制限:なし ※木・土・日・祝を除いた日で調整		

11	MRI検査について知ろう！	山田脳神経外科
脳神経外科の職員がMRI検査について分かりやすく説明します		
診療放射線技師、看護師		30～40分
必要物品:スクリーン 人数制限:なし ※木・土・日・祝を除いた日で調整		
12	介護保険制度について	瑠璃光会居宅介護支援事業所
介護は社会全体で支えるものです。ひとりで悩まないで、その時に備えて一緒に学びましょう！		
介護支援専門員		30～40分
必要物品:スクリーン 人数制限:なし		

■訪問介護事業所いろは、 介護福祉タクシーいろは

★介護タクシーでは普通二種免許・ホームヘルパー・
ガイドヘルパーを所持した者が外出や移動時のサポート



13	介護福祉タクシーって何？	訪問介護事業所いろは
介護福祉タクシーと普通のタクシーの違いってご存じですか？利用の仕方や料金について分かりやすく説明します		
管理者		20分
必要物品:なし 人数制限:なし		

■げんき堂 東広島店

★福祉用具貸与、特定福祉用具販売、住宅改修



14	あなたは大丈夫？正しい靴の選び方	げんき堂 東広島店
間違ったサイズの靴を履くと体のバランスを崩し、各所の痛みや転倒につながります。実際に足のサイズを計測して確認。介護・リハビリシューズを中心に靴の選び方を紹介		
福祉用具専門相談員		30～60分
必要物品:スクリーン 人数制限:なし		

15	楽しく正しいウォーキング	げんき堂 東広島店
歩くを知らう！ ～正しく歩けば、ひざや股関節そして腰への負担を軽減できるかも～ 希望があれば、杖の選び方や使い方、ポールウォーキングなど紹介や体験も可能です		
福祉用具専門相談員		30～60分
必要物品:杖やポールを持っている方はお持ちください。実技のため動きやすい服装で！ 人数制限:なし		
16	正しく座る	げんき堂 東広島店
日本人はイスが苦手！座るの基本と長時間座っても腰が痛くならない椅子の座り方。希望があれば車いすで傾く、ずり落ちそうになる方の簡単な車椅子シーティングも可能		
福祉用具専門相談員		30～60分
必要物品:フェルトタオル1枚 ※実技のため動きやすい服装で！ 人数制限:なし		
17	肩こりや床ずれは枕から	げんき堂 東広島店
肩こり・腰痛・いびきだけではない！褥瘡(床ずれ)も合わない枕が原因でできる。まくらを中心に寝床について知らう！平均的な日本人の正しいまくらの高さは3～5cm		
福祉用具専門相談員		30分
必要物品:なし 人数制限:なし		
18	介護食ってどうなの？	げんき堂 東広島店
介護食・・・特に減塩はおいしくない？ ムース食ってなに？ 酵素で柔らかくなる？ 実際に介護食や補助食品を食べて確認しましょう		
福祉用具専門相談員		60分
必要物品:電子レンジ ※できるだけスプーンや箸を持参ください 人数制限:15名程度		
19	介護ロボット体験会	げんき堂 東広島店
介護ロボットって最近やたらと耳にするけどなに？ 介護ロボットを実際に体験してみよう		
福祉用具専門相談員		30分～60分
必要物品:なし ※実際にふれて体感していただきたいので動きやすい服装で！ 人数制限:なし		
20	福祉用具を知る・触る・使う(全5回)	げんき堂 東広島店
①車いすと歩行器・杖 ②特殊寝台(介護ベッド)と床ずれ防止用具 ③手すりとりフト ④入浴用品(シャワーチェア)など ⑤排泄用品(ポータブルトイレ・オムツなど)		
福祉用具専門相談員		各30分～60分
必要物品:なし ※実際にふれて体感していただきたいので動きやすい服装で！ 人数制限:なし		

21	なかなか聞けない紙オムツ、パンツ	げんき堂 東広島店
紙オムツやパンツなど排泄用品についてドラッグストアやホームセンターにある一般向け商品を中心に医療センターなどで使用されている商品の紹介と選び方・使い方		
福祉用具専門相談員		30分～60分
必要物品:なし 人数制限:なし		
22	紙オムツなぜ漏れる	げんき堂 東広島店
紙オムツに尿取りパッド液用を使っているのに毎朝のように布団や衣類が汚れてしまう。それは重ねすぎ、間違った組み合わせが原因。正しい組み合わせと使用方法を紹介		
福祉用具専門相談員		30分～60分
必要物品:なし 人数制限:なし		
23	新しい褥瘡ケア	げんき堂 東広島店
褥瘡(床ずれ)の基本と介護現場が提案する褥瘡を作らないケア・なおすコツ。日本褥瘡学会等で発表されたケアなどの事例や注意点などわかりやすく紹介します		
福祉用具専門相談員		30分～40分
必要物品:スクリーン 人数制限:なし		
24	専門職も意外と知らない車いす介助	げんき堂 東広島店
車いすの基本を学ぼう！ 車いすの開き方・たたみ方・上り下り坂や段差の乗り越えなど介護、医療の専門職も知っているつもりで意外と出来ていない、教えてくれない介助		
福祉用具専門相談員		30分～60分
必要物品:なし ※実技のため動きやすい服装で！ 人数制限:なし		
25	移乗介助の基本はバランス力	げんき堂 東広島店
腰を痛めない生理学に基づいた移乗方法を理解し実践します。普段の生活にも活かせる体のバランスを楽しく体感！		
福祉用具専門相談員		60分～90分
必要物品:なし ※実技のため動きやすい服装で！ 人数制限:なし		
26	徘徊の捜索は左回りで！	げんき堂 東広島店
認知症で心配な徘徊。徘徊を知り、地域で支えよう！ 徘徊の基本と徘徊探知器や見守りサービスの紹介		
福祉用具専門相談員		30分
必要物品:なし 人数制限:なし		

■訪問看護ステーションみのり

★24時間連絡相談、訪問体制で体調の観察、日常生活の看護、
医療処置・管理、認知症の看護、緩和ケアなど



27	タクティール・ケアのすすめ:背中編	訪問看護ステーションみのり
人を癒すために、手でさすることをタクティール・ケアといいます。その意味ややり方を一緒に体験しながら、心の疲れを取りましょう		
緩和ケア認定看護師		40分
必要物品:参加者ごとにバスタオル1枚、タオル1枚、全体で長机4脚、椅子8脚、座布団4枚 人数制限:8名		

28	タクティール・ケアのすすめ:手・腕編	訪問看護ステーションみのり
人を癒すために、手でさすることをタクティール・ケアといいます。その意味ややり方を一緒に体験しながら、心の疲れを取りましょう		
緩和ケア認定看護師		40分
必要物品:参加者ごとにバスタオル1枚、タオル1枚、全体で長机4脚、椅子8脚、座布団4枚 人数制限:8名		

■デイサービス笑脳(え~のう)

★夜のみ(18:00~)の利用も可能なデイサービス
モットーは「小さいからこそできる事」



29	出張！健康教室	デイサービス笑脳
足湯やヨガ、ピラティス。機械を使用した足のむくみとり。人の手によるフットマッサージ、脳トレ等。その教室に合わせた内容で行います		
社会福祉士、介護福祉士		30分～ ※要相談
必要物品:椅子、机 人数制限:なし		
30	脳トレ動画を見ながら脳を活性化！	デイサービス笑脳
最新の動画を使いながら一緒に脳トレを行います。老若男女どなたでも行える脳トレです		
社会福祉士、介護福祉士		相談して時間設定可
必要物品:スクリーン、ペン、椅子、机 人数制限:なし ※スマホがあればご自宅でも見れるように設定します		

■AOIケアリングステーション

★居宅介護支援事業所

居宅と訪問看護が併設しており、医療を必要とする方や
「最期まで家で暮らしたい」方の支援も積極的に行っている



31	体幹の力とバランス能力	AOIケアリングステーション
<p>転ばぬ先の体幹！転倒予防は体幹を鍛えるところから。日頃の意識で体幹は鍛えられます！</p>		
理学療法士		30～40分
<p>必要物品:動きやすい服装 人数制限:なし</p>		
32	手の力・指の力	AOIケアリングステーション
<p>家事、食事、トイレなど日常生活動作に手の力。今の自分の力を評価して衰えないための予防的な体操をお伝えします</p>		
作業療法士		30～40分
<p>必要物品:動きやすい服装 人数制限:なし</p>		
33	食べること・話すこと	AOIケアリングステーション
<p>加齢とともに衰えるこの2つの機能。備えるために今できることを知っておきましょう！</p>		
言語聴覚士		30～40分
<p>必要物品:なし 人数制限:なし</p>		
34	介護保険制度について	AOIケアリングステーション
<p>どんな時に申請できる？誰に相談すればいい？サービスの種類や費用は？皆さんの疑問・質問にお答えします！</p>		
介護支援専門員		30～40分
<p>必要物品:なし 人数制限:なし</p>		
35	自宅での最期の迎え方について	AOIケアリングステーション
<p>自宅での看取りについて、これまでの経験をもとに、さまざまな疑問にお答えします。また実際の場面についてお話しします</p>		
看護師、保健師		30～40分
<p>必要物品:なし 人数制限:なし</p>		

■NPO法人 人間大好き

★介護支援センターつむぎ、訪問看護ステーションぬくもり
 看護小規模多機能介護施設つむぎ、
 デイサービスセンター・ヘルパーステーション



36	腰痛予防体操	看護小規模多機能型介護施設つむぎ
腰痛を誘発する姿勢についてのお話。自宅でもできる予防や改善のための体操を行います		
理学療法士		30分～40分
必要物品:敷物もしくはバスタオル 人数制限:なし		
37	介護保険の上手な使い方	介護支援センターつむぎ
介護保険は人生を左右することさえあります。上手な使い方をされて充実した生活を送りましょう		
広島県ケアマネマイスター		30分～40分
必要物品:なし ※資料配布します 人数制限:なし		
38	認知症の基礎知識と予防のためのゲーム	介護支援センターつむぎ
認知症について知り、楽しく過ごすためのゲームを行います。みんなで笑顔に認知症予防！		
広島県認知症介護指導者		30分程度
必要物品:なし 人数制限:なし		
39	排泄の課題、体操で改善しませんか？	介護支援センターつむぎ
筋肉の仕組みを学んで、排便や排尿の課題を解決しましょう		
理学療法士		30分～40分
必要物品:なし 人数制限:なし		
40	簡単楽しい おやつづくり	デイサービスセンターつむぎ
飲み込みを考えて、素早くできるおやつづくり。自分たちも参加して工夫する楽しみを体験できます		
デイサービス職員		要相談
必要物品:調理器具等 ※材料費は実費になるので事前に打ち合わせを行います 人数制限:なし		

■広島県立障害者療育支援センター

★わかば療育園: 治療・リハビリと生活支援、外来診療、
児童発達支援・放課後等デイサービス

★松陽寮: 生活介護、施設入所、短期入所・日中一時支援、
相談支援



41	楽しく知ろう！ ソーシャルスキルトレーニング	わかば療育園
発達障害児の療育活動で行っているソーシャルスキルトレーニングについてご紹介します。ゲーム等を通じて、楽しみながら体験してみませんか？		
公認心理師		40～50分
必要物品: スクリーン、プロジェクター、机、いす 人数制限: なし		
42	ケアする人をケアする 身体介助研修会	わかば療育園
「ケアする人が楽な介助はケアされる人も楽である」この考え方を基本に、ケアする人もケアされる人もお互いに体の負担がかからない介助の仕方を学びましょう		
理学療法士		60分
必要物品: スクリーン、プロジェクター、机、いす 人数制限: 要相談		
43	子どもの脳と体の育ちをうながす 感覚運動遊び	わかば療育園
人間の感覚にはどんなものがあるか説明し、各々の感覚に働きかける遊びをいくつか紹介します！		
理学療法士		30分
必要物品: スクリーン、プロジェクター 人数制限: 要相談		
44	乳幼児のことばの発達について -ことばが遅いと感したら-	わかば療育園
基本的なことばの発達についての説明を行い、発達を促す関わりをお話します		
言語聴覚士		40～50分
必要物品: スクリーン、プロジェクター、机、いす 人数制限: なし		
45	ニュースポーツ・車いす体験	松陽寮
子どもから高齢の方まで、障がいの有無にかかわらず楽しめるニュースポーツ(ボッチャ・フライングディスク)を体験しませんか？		
支援員		40～50分
必要物品: いす 人数制限: なし		

■つつじ

- ★生活支援事業所つつじ、多機能型支援事業所ウイング、
児童発達支援センターぐるんぱ
ヘルパーステーションかもみ～る：生活介護、就労移行、
放課後等デイサービス、在宅支援等



46	発達障害について ①概要編	多機能型支援事業所ウイング
発達障害の必要な配慮・支援について講義を中心にお話します		
法人職員		60分程度
必要物品：なし 人数制限：なし		
47	発達障害について ②幼児期編	児童発達支援センターぐるんぱ
発達障害の特性やサポート方法などお話します。(子どもにスポットをあてて)		
保育士など法人職員		60分程度
必要物品：なし 人数制限：なし		
48	身体介助の基礎について	ヘルパーステーション かもみ～る
身体介護の基礎について(車いす・オムツ交換など)お話、体験を行います		
ヘルパー職員		30～40分程度
必要物品：なし 人数制限：6名		
49	障害者の権利擁護と差別について	多機能型支援事業所ウイング
障害者虐待防止法および差別解消法についてのお話します		
法人職員		60分程度
必要物品：なし 人数制限：なし		
50	紙すき体験	生活介護事業所つつじ
牛乳パックを使用し、再生紙ハガキを一緒に作成を行います		
法人職員		30～40分程度
必要物品：なし 人数制限：なし		

■エンジェルアイ有限会社

★訪問介護ステーション、障害福祉サービス、
障害福祉移動支援サービス



51	認知症予防について	訪問介護ステーション
認知症の基本知識・認知症の介護知識について分かりやすくお伝えします		
介護福祉士・認知症キャラバンメイト		30～40分
必要物品:ホワイトボード 人数制限:30名程度		
52	児童発達障害について	障害福祉サービス
児童の発達障害について学び、児童に寄り添った支援を共に考えましょう		
児童発達支援管理者		30～40分
必要物品:ホワイトボード 人数制限:10～15名程度		
53	フレイル予防について	訪問介護ステーション
高齢者にありがちな虚弱体質について、それを予防する方法をお伝えします。健康寿命を延ばす生活習慣を身につけましょう		
フレイル防止アドバイザー		30～40分
必要物品:ホワイトボード 人数制限:30名程度		

■広島県リハビリテーション協会

★障がい者支援施設ときわ台ホーム、デイサービスセンター、
地域活動支援センター、相談支援事業所
多世代交流支援センター、地域密着型特別養護老人ホーム



54	精神保健福祉のあゆみ	地域活動支援センターときわ
精神保健福祉のあゆみを一緒に振り返り、学んでみませんか？		
精神保健福祉士		30～40分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 注意事項:なし		

55	からだに負担のない介護の基本	障害者支援施設ときわ台ホーム
外出機会が減っていませんか？一緒にカラダを動かしてリフレッシュしましょう！		
作業療法士		30分～40分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 注意事項:木・日曜日・祝日を除いた日であれば調整可能		
56	自宅でできる運動	地域密着型特別養護老人ホームときわ
自宅でもできる簡単な体操を行います。楽しく続けて健康寿命を伸ばしましょう！		
理学療法士		30分～40分
必要物品:椅子 人数制限:多い時は要相談		
57	低栄養防止のための食生活	地域密着型特別養護老人ホームときわ
高齢者の体の機能低下や食生活など、みだれ気味なことを分かりやすく紹介。毎日少しずつ気にかけていきましょう		
管理栄養士		30分～40分
必要物品:なし 人数制限:なし		
58	長谷川先生から学ぶ 「長谷川式簡易知能評価スケール」について	地域密着型特別養護老人ホームときわ
HDSの開発の経緯を長谷川先生の回想とともに学び、その意義を理解し、体験しませんか？		
介護福祉士		70分
必要物品:スクリーン、プロジェクター 注意事項:なし		

■八本松地域包括支援センター

★高齢者の総合相談窓口、
成年後見制度など高齢者の権利擁護について



59	介護保険のしくみ	八本松地域包括支援センター、 介護保険課
要介護認定、介護保険サービス、介護保険料、日常生活総合支援事業など、難しくても分からない事は多くありませんか？分かりやすく制度を説明します		
包括支援センター職員		60分
必要物品:なし 人数制限:なし		

60	豊かな人生とともに 「ACP:人生会議と未来ノートの活用」	八本松地域包括支援センター
自分の考えを伝えられなくなった場合に備えて、今後受けたい医療や介護に対する希望を家族や医師に伝える方法、「私の未来ノート」の活用について学びます		
包括支援センター職員・ACP普及推進委員		90分
必要物品:なし 人数制限:なし		
61	認知症サポーター養成講座	八本松地域包括支援センター
認知症の正しい理解と適切な対応について学びます		
保健師・認知症キャラバンメイト		90分
必要物品:なし 人数制限:なし		

■東広島市役所 医療保健課

★健診・健康相談、フレイル予防、
介護予防に関する相談について



62	健診から始まる生活習慣病予防	東広島市医療保健課
・健診結果の見直しと健診結果を生活に活かすコツ ・食生活の見直しやメタボリックシンドロームや生活習慣病の予防 ・運動習慣を身につけるための体操・骨粗しょう症の予防について		
保健師など		60分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		
63	めざそう！いきいき百歳！の秘訣 ～フレイル予防～	東広島市医療保健課
・ロコモ予防、フレイル予防(低栄養予防、お口の健康等) ・低栄養予防のための食生活 ・認知症予防 ・東広島市オリジナル体操、いきいき百歳体操の実践		
保健師など		60分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		
64	食育を推進しよう	東広島市医療保健課
食育の理解を通して、豊かな心と健やかな体を育みましょう！		
保健師など		60分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		

65	あなたの健康づくりを応援します ～えっと健康！ぶち元気！ちいとやってみようや東広島～	東広島市医療保健課
<ul style="list-style-type: none"> ・高血糖状態を改善しよう ・酒処だからこそ知っておきたいアルコールの適量、お酒を長く楽しむコツなど 		
保健師など		60分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		
66	大切な命を守ろう ～あなたもゲートキーパー～	東広島市医療保健課
身近で悩んでいる人や、大切な人の命を守るために、自殺を防ぐためにできることを考えていきましょう！		
保健師など		60分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		
67	こころの健康づくりについて	東広島市医療保健課
若い世代からの「こころの健康づくり」に関する、ストレスへの対処法や相談機関及び支援などについて学ぶ講座です		
保健師など		60分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		
68	フレイルサポーター養成講座	東広島市医療保健課
年を重ねても元気で暮らすために、フレイルの予防について学び、健康寿命を延ばしましょう		
保健師など		90分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		
69	望まない受動喫煙を防ごう	東広島市医療保健課
<ul style="list-style-type: none"> ・受動喫煙の身体及び健康への影響について知る ・東広島市受動喫煙の防止に関する条例について 		
保健師など		30分
必要物品:なし 人数制限:なし ※土日祝対応不可		

■東広島市社会福祉協議会

★サロン、そよかぜねっと、地域(子ども)食堂、
地域(福祉)活動について



70	助け合い体験ゲーム	東広島市社会福祉協議会
高齢者等の日常生活の中でのちょっとした困り事を助けてもらえる・助けられる「支え合いの地域づくり」について、カードゲーム体験を通じて、楽しみながら体験ができます		
社協職員(生活支援コーディネーター)		60分～90分
必要物品:スクリーン ※会場にない場合は社協で用意します 人数制限:なし		
71	成年後見制度出前講座 ～自分らしく生きるための契約と財産管理～	東広島市社会福祉協議会
成年後見制度について知りたい方、地域の活動に役立てたい方、一人暮らしで今後は心配な方、もし認知症になったら・・・など、基礎的なお話しに伺います		
社協職員		30分～60分
必要物品:スクリーン ※会場にない場合は社協で用意します 人数制限:上限については要相談		
72	避難所運営ゲームHUG	東広島市社会福祉協議会
避難所運営の模擬体験ゲーム。避難者の情報が書かれたカードを避難所見立てた平面図に配置し、いろいろな事情を抱えた避難者に対応する中で、お互い学び理解を深めます		
社協職員		90分～
必要物品:スクリーン ※会場にない場合は社協で用意します 人数制限:上限については要相談		

■資格・職種解説

理学療法士	基本動作能力(座る、立つ、歩くなど)の回復や維持、および障害の悪化の予防を目的に、運動療法や物理療法などを用いて支援する専門職です。
作業療法士	作業を通して身体と心のリハビリテーションを行う専門家です。基本的な動作の上に、応用的な作業や活動を積み上げていくリハビリテーションの専門職です。
言語聴覚士	ことばによるコミュニケーションに問題がある方に必要に応じて訓練、指導、助言、その他の援助を行います。また、摂食・嚥下の問題にも専門的に対応します。
管理栄養士	病気を患っている方や高齢で食事がとりづらくなっている方、健康な方一人ひとりに合わせて専門的な栄養指導や給食管理、栄養管理を行います。
診療放射線技師	病院やクリニックにおいて医師の指示のもとで放射線を用いた検査や画像診断、治療に携わる医療技術職です。
視能訓練士	弱視や斜視の視能矯正や視機能の検査をおこなう専門職です。主な業務として眼科一般検査、検診、視能訓練、ロービジョンケアを行なっています。
介護支援専門員	居宅介護支援事業所や介護保険施設等で介護サービス計画(ケアプラン)の立案を担っています。在宅や施設で生活している方がたの相談に応じ、介護サービスの利用調整や関係者間の連絡などを行う専門職です。
臨床検査技師	病気の診断や治療を目的として、医師の指示の下で各種の臨床検査を行う専門職です。
緩和ケア認定看護師	保健、医療及び福祉の現場において、熟練した看護技術及び知識を必要とする看護分野として日本看護師協会が定めた専門職です。緩和ケアとは声明を脅かす疾患による問題に直面している本人、家族のケアを行う専門職です。
公認心理師	保健医療、福祉、教育その他の分野において、心理学に関する専門的知識及び技術をもった専門職です。
認知症キャラバンメイト	認知症を正しく理解していただくため「認知症サポーター養成講座」を企画・開催し、講師を務めます。

※協会等の解説より引用



申込みにあたって

講師の派遣は、各社会福祉施設・病院となりますが、**お申込みやご相談先は社会福祉協議会となります。**場合により、講師と依頼主が直接、詳細について打ち合わせや調整をしていただくことがあります。

申込みの流れ

1. 申込み

つながるブックの中から、希望するテーマを選び、「申込書」に記入
※1か月前までに社協へ申込みをお願いします

2. 日時・内容の調整

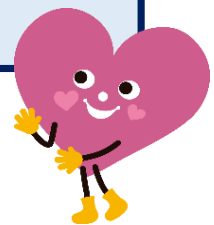
「申込書」をもとに社協で派遣先の施設・病院と日時や内容等について調整を行い、派遣先の担当者より申込者に連絡します

3. 打合せ

内容・日時が決まったら、詳細や準備物などについて申込者と派遣先の担当者と打ち合わせを行ってください

4. 出前講座を実施

記録等で社協職員も参加させていただくことがあります
講座へのご意見、ご感想等ございましたらお聞かせください



感染症等への対応について

新型コロナウイルス等、感染症発生時期に講座を実施する際は感染症拡大防止の徹底をお願いします。

また、次のことにあらかじめご了承ください。

- ①派遣先によっては、利用者の感染拡大防止のため、職員の派遣ができない場合があります。
- ②県内や市内において、感染症拡大の状況によっては、申込受付をした講座の延期・中止する場合があります。
- ③開催する会場によって、感染対策などが難しい場合は、場所変更のお願いや人数制限をさせていただく場合があります。

八本松地域出前講座 申込書

申込日	年 月 日		
申込者	【団体名】		
	【代表者】	【当日責任者】	
	TEL		
	FAX		
	E-mail		
希望する講座	番号	テーマ	法人・施設名 ※略称で可
特に聞きたい点			
開催日	第1希望	月 日(曜日)	時 分～ 時 分
	第2希望	月 日(曜日)	時 分～ 時 分
開催場所	名 称		
	住 所		
参加予定人数	人		
準備可能機材 <small>※申込者側で準備できる機材に○をつけて下さい</small>	椅子 ・ 机 ・ スクリーン ・ プロジェクター		
備 考			

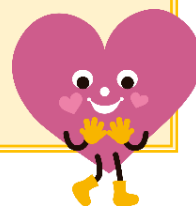
申込み・お問合せ先

東広島市社会福祉協議会 地域福祉課
 〒739-0003 東広島市西条町土与丸1108番地
 TEL 082-430-8867 FAX 082-423-8525
 E-mail chiiki@soyokazenet.jp

つながるブック作成協力機関

- 医療法人社団葵会 八本松病院
- 医療法人 瑠璃光会 山田脳神経外科
- 内田産業有限会社 訪問介護事業所いろは
- (株)わんぱら デイサービス笑脳(え~のう)
- (株)みのり 訪問看護ステーションみのり
- 医療法人社団葵会 AOIケアリングステーション
- 有限会社 げんき堂 東広島店
- NPO法人 地域福祉活動支援協会 人間大好き
- 広島県立障害者療育支援センター
- 社会福祉法人つつじ
- エンジェルアイ有限会社
- 広島県リハビリテーション協会
障がい者支援施設ときわ台ホーム/地域活動支援センターときわ
- 広島県リハビリテーション協会
地域密着型特別養護老人ホームときわ
- 東広島市八本松地域包括支援センター
- 東広島市役所 健康福祉部 医療保健課
- 社会福祉法人 東広島市社会福祉協議会

(順不同)



申込み・お問合せ先

東広島市社会福祉協議会 地域福祉課

〒739-0003 東広島市西条町土与丸 1108 番地
TEL 082-430-8867 FAX 082-423-8525
E-mail chiiki@soyokazenet.jp

※つながるブックおよび申込用紙は社協ホームページからもダウンロードできます。下記QRコードをご活用ください

