



知りたいがここにある

身近な施設の出前講座

# つながるBOOK

## 北部SUN町



## 地域のみなさまへ

北部3町(福富町・豊栄町・河内町)の社会福祉法人や事業所、専門職が定期的に集まり、情報交換や地域課題解決に向けて話し合い(サンサン会議)を開催しています。

令和4年に地域の方と専門職がつながるきっかけになるように、出前講座をまとめた「北部SUN町つながるBOOK」を作成しました。地域の皆様からは大変ご好評をいただいております、この度、「北部SUN町つながるBOOK (Part2)」を発行しました。

地域の方が集まる場(サロン・百歳体操等)でご活用いただき、地域の方と専門職の顔の見えるつながりが大きく広がっていくと嬉しいです。

### サンサン会議 構成施設・団体

#### 【福富】

特別養護老人ホーム 神郷の家  
グループホーム サンハートホーム  
小規模多機能ホーム ふくとみ

#### 【豊栄】

特別養護老人ホーム 豊邑苑  
小規模多機能型居宅介護支援事業所 能良の里  
グループホーム ふぁみりい豊栄

#### 【河内】

介護老人保健施設 葵の園・広島空港  
グループホーム ジューンベリーの家  
小規模多機能ホーム みのりの里河内

東広島市社会福祉協議会 福富支所  
東広島市社会福祉協議会 豊栄支所  
東広島市社会福祉協議会 河内支所  
東広島市北部(福富・豊栄・河内)地域包括支援センター

地域出前講座メニュー(北部圏域)

		番号	テーマ	講師	所要時間	ページ
介護(施設)	講演	1	介護保険と施設について	特別養護老人ホーム 神郷の家	30分	1
		2	健康・介護相談	小規模多機能ホーム ふくとみ	30～40分	1
		3	実演します「無理のない介護」	社会福祉法人 興仁会 (特別養護老人ホーム 豊邑苑) (小規模多機能ホーム 能良の里)	60～90分	1
		4	「豊邑苑ってどんなところ？」	社会福祉法人 興仁会 (特別養護老人ホーム 豊邑苑) (小規模多機能ホーム 能良の里)	60分	1
		5	グループホームってどんなところ？	グループホーム ふあみりい豊栄	30～60分	2
		6	小規模多機能ホームって どんなサービス？	小規模多機能ホーム みのりの里 河内	30～40分	2
		7	皆様(対象の方)に合った 施設選びについて	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	30～40分	2
認知症(予防)	講演	8	認知症について	特別養護老人ホーム 神郷の家	30分	2
		9	誰でもわかる「認知症」	社会福祉法人 興仁会 (特別養護老人ホーム 豊邑苑) (小規模多機能ホーム 能良の里)	45分	2
		10	認知症サポーター養成講座	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	60～90分	3
	レクリエーション	11	<b>NEW</b> 無理なくできる上下肢運動 ～楽しく体を動かそう	特別養護老人ホーム 神郷の家	30～40分	3
		12	「健康増進大作戦！」 ～身体も頭も使って元気になろう～	社会福祉法人 興仁会 (特別養護老人ホーム 豊邑苑) (小規模多機能ホーム 能良の里)	60分	3
		13	星野インストラクターと Let's dancing !!	介護老人保健施設 葵の園・広島空港	60分	3
		14	理学療法士による 目指せ！歩ける100歳体操！！	介護老人保健施設 葵の園・広島空港	60分	4
		15	音楽的回想療法	グループホーム ジュンバリーの家	30～40分	4
		16	音楽に合わせて楽しく 体操をしましょう！	東広島市社会福祉協議会 (豊栄支所)	30分	4
		17	<b>NEW</b> 簡単！楽しい！ レクリエーションゲーム	東広島市社会福祉協議会 (豊栄支所)	60分	4
		18	やってみよう！誰でも簡単、 コミュニケーション麻雀	東広島市社会福祉協議会 (河内支所)	60分	4

地域出前講座メニュー(北部圏域)

認知症(予防)	レクリエーション	19	やってみよう！ おうちで簡単脳トレ体操	東広島市社会福祉協議会 (河内支所)	30～60分	5
		20	たまには手先を動かしてみよう！ NEW～欲ばり物作り～	東広島市社会福祉協議会 (河内支所)	30～60分	5
		21	介護予防グッズで楽しく 健康づくり	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)	30～60分	5
		22	NEW脳も体もリフレッシュ！！ ～音楽に合わせてリズム指体操～	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	30分	5
		23	脳も体もリフレッシュ！！ ～イスに座ってできる脳トレ体操～	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	60分	5
学び	講演	24	「口から食べて元気になろう！」	社会福祉法人 興仁会 (特別養護老人ホーム 豊邑苑) (小規模多機能ホーム 能良の里)	60分	6
		25	手話を楽しみましょう	グループホーム ジューンバリーの家	30～40分	6
		26	地域サロンについて	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)	30分	6
		27	権利擁護について	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)	60～90分	6
		28	LINE で繋がろう♪	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	60分×3回	6
	レクリエーション	29	手先を使って、小物を作りませか	グループホーム ふぁみりい豊栄	60～90分	7
		30	防災について考えよう	東広島市社会福祉協議会 (福富支所)	30～60分	7
		31	ココロカーリング	東広島市社会福祉協議会 (福富支所)	30分	7
		32	避難所運営ゲーム『HUG』	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)	60～90分	7
		33	高齢者の歌の効果 ～さまざまな歌を通して～	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	90分	7
	34	折り紙でバラを折ろう	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	90分	8	
	35	簡単おやつ講座	東広島市北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター	60分	8	

## 出前講座メニュー(一覧)

1	介護保険と施設について	特別養護老人ホーム 神郷の家
(内容)介護保険サービスのしくみや地域にある施設について理解を深めましょう。		
(講師)介護支援専門員		(所要時間)30分
人数:10~20人		
2	健康・介護相談	小規模多機能ホーム ふくとみ
(内容)皆様の健康や介護に関する疑問に専門職が説明・お答えします。		
(講師)介護支援専門員・介護福祉士・看護師		(所要時間)30~40分
必要物品:特になし		
3	実演します「無理のない介護」	社会福祉法人 興仁会
(内容)在宅生活に役立つ介護方法を実演しながら、一緒に学びます。又、介護で困っていることについて回答し、説明します。		
(講師)興仁会職員		(所要時間)60分~90分
必要物品:(ベッド)、椅子等。 人数制限:感染予防の観点から、講座は少人数で行います。 その他:ネット環境(ZOOM)による講座も可能です。		
4	「豊邑苑ってどんなところ？」	社会福祉法人 興仁会
(内容)地域施設の紹介を含めて、動画や写真を使って、介護施設や在宅サービスについて説明します。		
(講師)興仁会職員		(所要時間)60分
人数制限:感染予防の観点から、講座は少人数で行います。 その他:ネット環境(ZOOM)による講座も可能です。		

5	グループホームってどんなところ？	グループホーム ふぁみりい豊栄
(内容)ふぁみりい豊栄の紹介と活動内容をお伝えします。		
(講師)ふぁみりい豊栄職員		(所要時間)30分～60分
必要物品:特になし		
6	小規模多機能ホームって どんなサービス？	小規模多機能ホーム みのりの里 河内
(内容)介護が必要になってもご自宅での生活を続けませんか？小規模多機能ホームがお手伝いします。		
(講師)みのりの里河内職員		(所要時間)30分～40分
必要物品:特になし		
7	皆様(対象の方)に合った施設選びについて	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)ご利用者様に合った施設選びをご提案します。		
(講師)有志の方		(所要時間)30分～40分
必要物品:特になし		
8	認知症について	特別養護老人ホーム 神郷の家
(内容)認知症は誰にでも起こりうる脳の病気による症状です。認知症について理解を深めます。		
(講師)介護支援専門員		(所要時間)30分
人数:10人～20人		
9	誰でもわかる「認知症」	社会福祉法人 興仁会
(内容)寸劇を通して、楽しく学ぼう。		
(講師)興仁会職員		(所要時間)45分
人数制限:感染予防の観点から、講座は少人数で行います。 その他:ネット環境(ZOOM)による講座も可能です。		

10	認知症サポーター養成講座	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)認知症について正しい理解と適切な対応について学びましょう。		
(講師)包括職員・キャラバンメイト		(所要時間)60分～90分
必要物品:特になし		
11	<b>NEW</b> 無理なくできる上下肢運動 ～楽しく体を動かそう	特別養護老人ホーム 神郷の家
(内容)なじみの歌に合わせて楽しみながら体を動かしましょう。		
(講師)介護福祉士		(所要時間)30～40分
人数:10人～ 必要物品:椅子(人数分)		
12	「健康増進大作戦！」 ～身体も頭も使って元気になろう～	社会福祉法人 興仁会
(内容)体操、クイズを一緒に行います。		
(講師)興仁会職員		(所要時間)60分
必要物品:電源コンセント。ホワイトボード。内容によっては、椅子。 人数制限:感染予防の観点から、講座は少人数で行います。 その他:ネット環境(ZOOM)による講座も可能です。		
13	星野インストラクターと Let's dancing !!	介護老人保健施設 葵の園・広島空港
(内容)自然と身体を動かしたくなる楽しい音楽に合わせて、無理なく全身運動を行います。 心と身体を楽しくリフレッシュしましょう。		
(講師)健康運動実践指導者 星野 文吾 、 明るい職員		(所要時間)60分
☆会場スペースと要相談(手足を広げるため) ☆水曜日 13:30～15:00		

14	理学療法士による 目指せ！歩ける100歳体操！！	介護老人保健施設 葵の園・広島空港
(内容)療法士による体操はもちろん！その他、身体の状態に合わせた体操のご提案や 質疑応答などコミュニケーションを図りながら行います。		
(講師)理学療法士、明るい職員		(所要時間)60分
☆会場スペースと要相談 ☆水曜日 13:30~15:00		
15	音楽的回想療法	グループホーム ジュンベリーの家
(内容)大正~令和の活動を振り返ってみましょう(時代を音楽とともに振り返りましょう)。 発声することにより脳の刺激を行い認知症進行防止や予防を行います。		
(講師)ジュンベリーの家職員		(所要時間)30~40分
必要物品:マイク		
16	音楽に合わせて楽しく体操をしましょう！	東広島市社会福祉協議会 (豊栄支所)
(内容)DVDを見ながら音楽に合わせて体操をします。ご当地の音楽(2曲)なので歌詞もお楽し みのひとつです。一緒に楽しく身体を動かしましょう。		
(講師)デイサービスセンター豊栄職員 社協職員		(所要時間)30分
必要物品:テレビ・DVDプレーヤー ※テレビまたはDVDプレーヤーがなければ、社協から機材(プロジェクター、スクリーン、DVD プレーヤー等)を持参しますので、設置ができる場所をお願いします。		
17	<b>NEW</b> 簡単！楽しい！レクリエーションゲーム	東広島市社会福祉協議会 (豊栄支所)
(内容)体を動かしたいけど…。そんな時は室内遊びを楽しみましょう。		
(講師)デイサービスセンター豊栄職員 社協職員		(所要時間)60分
必要物品:特になし		
18	やってみよう！誰でも簡単、 コミュニケーション麻雀	東広島市社会福祉協議会 (河内支所)
(内容)手のひらサイズの牌(パイ)を使うコミュニケーション麻雀。誰でも気軽に楽しめ、 介護予防や認知症予防にも効果があると言われています。		
(講師)社協職員		(所要時間)60分
必要物品:机があると便利です。180cm×180cmになるように机を組み合わせます。		

19	やってみよう！お家で簡単脳トレ体操	東広島市社会福祉協議会 (河内支所)
(内容)2つの課題(身体をうごかす+頭をつかうなど)を同時に行う二重課題トレーニングを、DVDを視聴しながら行います。転倒予防や認知症予防に効果的と言われています。		
(講師)社協職員		(所要時間)30分~60分
必要物品:テレビ・DVDプレーヤー ※テレビまたはDVDプレーヤーがなければ、社協から機材(プロジェクター、スクリーン、DVDプレーヤー等)を持参しますので、設置ができる場所をお願いします。		
20	<b>NEW</b> たまには手先を動かしてみよう！ ～欲ばり物作り～	東広島市社会福祉協議会 (河内支所)
(内容)脳トレになり、SDGsにもつながる『新聞エコバッグ』を作しましょう。		
(講師)社協職員		(所要時間)60分
必要物品:特になし		
21	介護予防グッズで楽しく健康づくり	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)
(内容)陣取りゲームやボーリング、輪投げ、かるた等の介護予防グッズの中から選んで、頭や体を使って楽しく介護予防ができます。		
(講師)社協職員		(所要時間)30分~60分
必要物品:特になし		
22	<b>NEW</b> 脳も体もリフレッシュ！！ ～音楽に合わせてリズム指体操～	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)歌を歌いながら、指や体を動かしてリフレッシュしましょう。		
(講師)包括職員		(所要時間)30分
必要物品:特になし		
23	脳も体もリフレッシュ！！ ～イスに座ってできる脳トレ体操～	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)椅子に座ってどこでもできる体操です。脳も体も活性化させましょう。		
(講師)包括職員		(所要時間)60分
必要物品:動きやすい服装、水分補給できるもの、タオル		

24	「口から食べて元気になろう！」	社会福祉法人 興仁会
(内容)給食担当が、施設で提供している食事を作り、皆様に実食してもらいます。栄養面について、管理栄養士が講義をします。		
(講師)興仁会職員		(所要時間)60分
人数制限:感染予防観点から、講座は少人数で行います。 その他:ネット環境(ZOOM)による講座も可能です。		
25	手話を楽しみましょう	グループホーム ジュンベリーの家
(内容)日々の挨拶～季節など簡単なことを行いながらクイズや歌を歌いましょう。 日常でよく使う簡単な種を行い、手話での表現方法を一緒に学びましょう。		
(講師)ジュンベリーの家職員		(所要時間)30～40分
必要物品:マイク		
26	地域サロンについて	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)
(内容)繋がりづくりについてみんなで話し合ってみましょう。 その他、助成金の流れや他地区の活動情報をお伝えします。		
(講師)社協職員		(所要時間)30分
必要物品:特になし		
27	権利擁護について	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)
(内容)認知症や障害等で、判断能力が不十分でも、財産管理や身上監護、生活支援を通じて『自分らしく生きる』をサポートできる、権利擁護に関する諸制度の説明を行います。		
(講師)権利擁護センター専門員		(所要時間)30分～90分
必要物品:特になし		
28	LINEで繋がろう♪	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)孫や家族とLINEでやりとりしましょう。		
(講師)包括職員		(所要時間)60分×3回コース
必要物品:スマホ、Wifi環境		

29	手先を使って、小物を作りませんか。	グループホーム ふぁみりい豊栄
(内容)みなさんに選んでいただいた小物を作って手芸を楽しみましょう。		
(講師)ふぁみりい豊栄職員		(所要時間)60分～90分
必要物品:作成する物によりご案内します。		
30	防災について考えよう	東広島市社会福祉協議会 (福富支所)
(内容)クイズ形式で楽しみながら防災について学んでみませんか？		
(講師)「ふれあいサロン防災プログラム」トレーナー		(所要時間)30分～60分
必要物品:特になし		
31	コロコロカーリング	東広島市社会福祉協議会 (福富支所)
(内容)紙コップでする机上のカーリングです。手軽な材料で盛り上がること間違いなし！		
(講師)社協職員		(所要時間)30分
必要物品:長机		
32	避難所運営ゲーム『HUG』	東広島市社会福祉協議会 (福富・豊栄・河内)
(内容)避難者の情報が書かれたカードを避難所に見立てた模造紙に配置していき、配慮の必要な人やそれぞれの抱える事情に対応していく中でお互いが学び、防災・減災の事を考えるきっかけを作っていきます。		
(講師)災害ボランティア担当職員		(所要時間)60分～90分
必要物品:特になし		
33	高齢者の歌の効果 ～さまざまな歌を通して～	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)ピアノ演奏で、童謡・クラシックなどさまざまな歌を通して癒しの時間を過ごしましょう。		
(講師)有志の方		(所要時間)90分
必要物品:ピアノ		

34	折り紙でバラを折ろう	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)1枚の紙でバラを折りましょう。		
(講師)包括職員		(所要時間)90分
必要物品:折り紙		
35	簡単おやつ講座	北部(福富・豊栄・河内) 地域包括支援センター
(内容)みたらし団子やくずもちなどみんなで作って楽しもう。		
(講師)包括職員、社協職員		(所要時間)60分
必要物品:材料		

## **申込みにあたって（開催日の1カ月前までにお申し込みください）**

講師の派遣は、各社会福祉施設・関係機関となりますが、お申込みやご相談先は社会福祉協議会となります。最寄りの社会福祉協議会にご連絡ください。場合により、講師の派遣先担当者と直接、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。

### **1. 申し込み**

メニューの中から、希望する講座を選び「申込書」に記入して下さい。※開催1カ月前にはお申し込みください。

### **2. 講師との調整（社協が行います）**

「申込書」の内容を元に社協で派遣先の事業所と日時や内容について調整を行い、申込者に連絡します。

### **3. 打合せ（申込者が行います）**

内容や、日時が決まったら、詳細や準備物などについて申込者と講師で打ち合わせをお願いします。



# 地域出前講座（北部SUN町版）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			
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 ※申込者側で準備できる 機材に○をつけて下さい	椅子 ・ 机 ・ スクリーン ・ プロジェクター				
備 考					

## 【申し込み先】 東広島市社会福祉協議会

(福富支所) TEL 082-435-2247 FAX 082-435-2098

(豊栄支所) TEL 082-432-2083 FAX 082-432-2145

(河内支所) TEL 082-420-7011 FAX 082-437-0281

# 「北部SUN町つながるBook」作成協力機関

## 【福富】

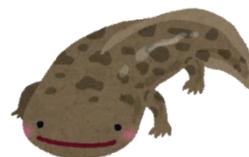
特別養護老人ホーム 神郷の家  
グループホーム サンハートホーム  
小規模多機能ホーム ふくとみ



福富ダム

## 【豊栄】

特別養護老人ホーム 豊邑苑  
小規模多機能型居宅介護支援事業所 能良の里  
グループホーム ふぁみりい豊栄



豊栄のオオサンショウウオ

## 【河内】

介護老人保健施設 葵の園・広島空港  
グループホーム ジューンベリーの家  
小規模多機能ホーム みのりの里河内



河内の鮎



東広島市社会福祉協議会 福富支所  
東広島市社会福祉協議会 豊栄支所  
東広島市社会福祉協議会 河内支所  
東広島市北部（福富・豊栄・河内）地域包括支援センター

メニューブックおよび申込み用紙は社協ホームページからもダウンロードできます。  
QRコードをご活用ください



QRコードは  
ホームページ参照



福富



豊栄



河内

北部SUN町つながるBOOK