

そろそろそろ、こんな話が聞きたかった！



# のしにくふ 出前講座

でまえこうざ

この講座は、福祉や介護に関心をお持ちいただくためのきっかけづくりや地域での福祉活動にお役立ていただくことを目的としています。

# 回想法

昔の暮らしを語り合っていきたい!

昔なつかしい思い出を語り合うことで  
脳の活性化をうながす「回想法」。

昔の写真などを見ながら、思い出話に  
花を咲かせて  
みませんか。



# 防災

災害にも強い福祉のまちづくりとは?

防災は特別な対策だけでなく、ふだん  
の地域のつながりづくりが大切。

被災経験者や防災士、災害支援経験者  
など、多彩な講師陣が揃っています。



# みんなで福祉学習

福祉学習は学校の中だけじゃありません

手話や点字、アイマスク体験などを  
通して、当事者の方々のお話を伺っ  
てみませんか? 本当のバリアフリー

は、心のバリア  
フリーから。



# ふくしこんだん会

ご近所の底力を高める!

少子高齢化、独居高齢者の増加・・・  
地域課題の解決は、住民間の課題共  
有から。あなたの地域の強み弱みを  
話し合って、みんなが参加する福祉  
活動に生かしていきましょう。



お問合せ、お申込みは **TEL 0740-36-8220 FAX 0740-36-8221**

お電話またはFAXで  
お申込み下さい  
(平日8:30~17:30)

日時や内容について  
担当者が調整させて  
いただきます

**出前講座の実施!**  
当日は会場の準備  
をお願いします

- 講師料は無料です。
- 講座内容の詳細につきましては、ご相談に応じます。1講座の所要時間は約1時間です。
- グループ(高島市にお住まい、もしくはお勤めの方)でお申込み下さい。
- 業務の都合により、ご希望の日時に出前できない場合もございます。

私たちがお伺いします



社会福祉協議会職員



地域包括支援センター職員



保健師、栄養士(保健センター等)  
看護師(高島病院等)



ボランティア

# 介護サービス

必要な介護サービスを上手に利用するために

介護保険って難しい話だと思いませんか？寸劇を交えながら、ケアマネジャーが介護保険の内容についてわかりやすく解説いたします。



# 認知症

みんなで支えよう大切な人

認知症は誰でもなる可能性がある脳の病気です。認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を支える手だてを知っていれば、尊厳ある暮らしを守ることができます。



# 家庭での介護

こんな時どうすればいいの？

自宅での介護で困ったことはありませんか？食事、排せつ、着替え、移乗などの介護のポイントや、介護者自身の健康づくりについてアドバイスいたします。



# 健康づくり

はじめよう！みんな元気なまちづくり

毎日の生活の中でできる健康づくりについてアドバイスいたします。たとえば「メタボ撃退術」「すすく子どものおやつ」「介護予防で生涯元気に暮らしましょう」といったお話をご用意しています。



# レクリエーション

ふれあいサロンで使えるあれこれ

少人数～集団でできるゲームや、あたまの体操など、サロンで使えるレクリエーションをご紹介します！リーダー向けの講座もご用意しています。



# エンディングノートと成年後見

人生の終焉に安心を

介護の希望、残される財産、葬儀・お墓、気がかりなこと……。万が一のときに備えて、メッセージを残しませんか。遺言についても一緒に考えましょう。



高島市社協が

お届けする

オススメ

10選



出前講座のお問合せ、お申込みは

社会福祉法人

高島市社会福祉協議会

〒520-1121 高島市勝野2 1 5番地高島市役所高島支所2階)

<http://www.takashima-shakyo.or.jp>

E-mail [t-shakyo@nike.eonet.ne.jp](mailto:t-shakyo@nike.eonet.ne.jp)

TEL 0740-36-8220 FAX 0740-36-8221