

## 介護講座

**目的** 介護の基本的な知識・技術について学習し、介護の実際について理解を深める  
**対象者** 県民、介護家族等、介護に携わる職員(介護員・介護福祉士・介護支援専門員・その他介護職員)  
**費用** 各講座資料代300円、一部教材料費500円必要

開催日	時間	講座内容	募集人数
平成30年 5 / 16 (水)	10:00～14:00	高齢期に多い病態に対応できる食事づくり (高血圧・糖尿病・脂質異常など)	30名
平成30年 6 / 8 (金)	13:00～16:00	介護保険制度の仕組み	30名
平成30年 8 / 1 (水)	13:00～16:00	高齢者虐待 成年後見制度	30名
平成30年 10 / 2 (火)	13:00～16:00	高齢期に起こりやすい事故と対応(AED)	30名
平成30年 10 / 23 (火)	13:00～16:00	介護とレクリエーション コミュニケーションの上手なとり方	30名
平成30年 11 / 21 (水)	13:00～16:00	認知症の基礎知識 認知症の人への接し方について	30名
平成30年 12 / 14 (金)	13:00～16:00	チームで支える看取り ～住み慣れた自宅で最期までくらすために～	30名
平成31年 1 / 25 (金)	13:00～16:00	知っておきたい薬の知識	30名

## 高齢者介護者向け介護講座

**目的** 介護技術を学ぶ  
**対象者** 介護に携わる職員(介護員・介護福祉士・介護支援専門員・看護師・保健師・理学療法士・作業療法士・その他介護職員)、県民、介護家族等  
**費用** 各講座資料代300円、一部教材料費500円必要

開催日	時間	講座内容	募集人数
平成30年 5 / 31 (木)	13:00～16:00	身体にやさしい介助方法(ベッド・車いす編) ※	30名
平成30年 6 / 21 (木)	13:00～16:00	嚥下障害と食事介助	30名
平成30年 7 / 4 (水)	13:00～16:00	身体にやさしい介助方法(入浴編)	30名
平成30年 8 / 30 (木)	13:00～16:00	口腔ケアの実際	30名
平成30年 9 / 7 (金)	13:00～16:00	更衣介助と排泄介助 (オムツ・排泄用具の使い方)	30名
平成30年 11 / 7 (水)	13:00～16:00	床ずれ発生のメカニズムと安楽な体位	30名
平成30年 11 / 29 (木)	13:00～16:00	身体にやさしい介助方法(ベッド・車いす編) ※	30名
平成30年 12 / 5 (水)	13:00～16:00	脳卒中患者の日常生活の支援について	30名

※印は同内容です

## 福祉住宅体験館案内ボランティア育成講座

**目的** 高齢者や障がいのある人を理解し、福祉パークの見学者に福祉機器やバリアフリー住宅  
 について説明をする福祉住宅体験館の案内ボランティアを育成する  
**対象者** 講座終了後、福祉住宅体験館の案内ボランティアとして活躍していただける人

開催日	時間	講座内容	募集人数
平成30年 4 / 18 (水)	10:00～15:00	福祉パーク概要・福祉機器概論 福祉住宅体験館案内の実際	15名

## 介護体験見学講座

目的	体験を通して高齢者や障がいのある人への認識や理解を深める
対象者	地域団体、学校生徒、学生、個人等
方法	予約制
内容	福祉パーク概要説明、改善住宅見学、高齢者疑似体験、車いす体験 アイマスク体験、福祉機器展示場案内、福祉機器体験
人数	40名

## 夏休み親子介護体験講座

目的	いろいろな福祉用具に触れて高齢者や障がいのある人の日常生活を助ける便利な道具(自助具)を親子で製作をする。また、車いすの操作、介助の体験をする
対象者	小学4年生～小学6年生とその保護者
費用	教材料費1,000円

開催日	時間	講座内容	募集人数
平成30年 8 / 7 (火)	10:00～12:00	自助具製作と車いす体験	10組

## 自助具製作体験講座

目的	高齢者や障がいのある人の日常生活を助ける便利な道具(自助具)を製作し、その便利さを学ぶ
対象者	どなたでも参加いただけます
講師	奈良自助具の部屋
募集人数	10名

開催日	時間	講座内容	教材料費
平成30年 4 / 21 (土)	10:00～15:30	コップスタンド	500円
平成30年 5 / 19 (土)		ポンプエイド	1,000円
平成30年 6 / 16 (土)		刺しゅうスタンド	1,000円
平成30年 7 / 21 (土)		ピンセット箸	500円
平成30年 8 / 18 (土)		ソックスエイド	500円
平成30年 9 / 15 (土)		牛乳パックピッチャー	500円
平成30年 10 / 20 (土)		リアンスタンド	1,000円
平成30年 11 / 17 (土)		踏込式靴べら	500円
平成30年 12 / 15 (土)		ボタンエイド	500円
平成31年 1 / 19 (土)		マウス型筆記エイド	500円
平成31年 2 / 16 (土)		片手爪切り	1,000円
平成31年 3 / 16 (土)		太柄スプーン・フォーク	500円

### ※ 自助具製作依頼の受付・相談:第2日曜日

- ・当事者の悩みを聞き、話し合い、市販品の加工や新しい自助具の開発を進めます
- ・ハンディキャップのある人への日常道具の調整、製作の指導や相談も行っています

## 介護相談

日 時	予約制
相談内容	介護に関する一般相談(トイレ・入浴・家屋内の移動・移乗について、福祉サービスの活用等)、住宅改修・福祉用具等についての相談(トイレ・入浴・階段・段差の解消等)

## 介護予防講座

### <ロコモ予防コース>

目的 加齢や生活習慣が原因で運動器の機能が衰える「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」について学び、その予防に効果的な軽運動の実践方法を身につける。

対象者 60歳以上で3回とも出席できる人

費用 各講座資料代300円

開催日	時間	講座内容	募集人数
1回目 平成30年 7 / 19 (木)	13:00～16:00	講義:「高齢社会を元気に生きるために」 実技:ロコモ予防「運動編Ⅰ～長生きのための足腰づくり～」 ロコモ度テスト:歩行タイム、握力測定など	30名
2回目 平成30年 10 / 11 (木)	13:00～15:00	実技:ロコモ予防「運動編Ⅱ～長生きのための足腰づくり～」	
3回目 平成31年 1 / 17 (木)	13:00～16:00	ロコモ度テストを行い再評価します 講義:「ロコモのために生じる運動器の障害」 実技:ロコモ予防「運動編Ⅲ～長生きのための足腰づくり～」	

### ロコモティブシンドロームとは？

骨、関節、筋肉などの運動器の働きが衰えると、「立つ」「歩く」といった動作が困難になり、介護が必要になったり、寝たきりになるリスクが高くなります。このような状態のことをロコモティブシンドローム、略してロコモと言います。

### <骨盤底筋力向上コース>

目的 尿失禁の予防に必要な筋力を強化する体操や生活習慣の改善に関する知識を学ぶ

対象者 女性

費用 資料代300円

開催日	時間	講座内容	募集人数
平成30年 7 / 25 (水)	13:00～15:00	女性のための骨盤底筋トレーニング ～尿失禁予防・改善編～	30名

### <ストレッチコース>

目的 腰痛や膝痛の予防に効果的なストレッチなどを行う

対象者 どなたでも参加いただけます

費用 資料代300円

開催日	時間	講座内容	募集人数
平成31年 2 / 6 (水)	13:00～15:00	ストレッチをしよう！～股関節編～	30名

## 福祉機器展

### 第3回福祉機器展in奈良2018 ～みんなで見て・触れて・試して・体験しましょう～

目的 高齢者や障がい者の社会参加と自立の促進のため、福祉用具を見て・触れて・試して・体験する「福祉機器展」を通じて、県民に福祉用具の普及啓発を図る

奈良県障害者総合支援センター等開設30周年記念事業として実施

対象者 どなたでも参加いただけます

参加費 無料

開催日	時間	内容
平成30年 9 / 29 (土)	10:00～15:00	(1) 福祉機器展(最新の福祉用具を一挙に展示) (2) 電動車いすサッカー (3) 介護食試食会(やわらかペースト子どもから大人まで) (4) 介護予防体操 (5) YAMATO超人ナライガー(奈良のご当地ヒーロー戦隊ショー) (6) ふうせんアート (7) 大仏連(阿波踊り) (8) 動物ふれあいコーナー (9) バザー (10) 自助具製作体験 (11) 障害者作品展 (12) 模擬店 (13) 団体見学 (14) その他                      せんとくん、ももたんが出演します！ ※奈良県総合リハビリテーションセンター病院祭りも同時開催