



# 令和3年度介護講座事業



## ◆ オンライン講座 ◆

NPO 法人となりのかいこ 川内 潤講師が、チャット(対話)を活用した、Zoom によるオンライン講座を3回実施します。

### 令和3年8月3日(火) 心構え編

#### 【テーマ内容】

- ・ まず、地域包括支援センターに相談しましょう！
- ・ 知っていますか？病院にいる相談役『医療ソーシャルワーカー』
- ・ 介護保険のしくみ ～利用サービスまでのポイント～
- ・ 役所と上手に付き合う方法
  - ・ 仕事と介護を両立するために、介護休暇はどう使う？
- ・ あなたは、「ヤングケアラー」という言葉を知っていますか？



### 令和3年10月26日(火) 中級編

#### 【テーマ内容】

- ・ 『介護の疑問』を解決しよう
- ・ 親のこれからを、兄弟、親族で話し合う方法
- ・ 介護が必要となった時に何をすべきか
- ・ 介護に移行しやすい状況とは？

### 令和3年12月22日(水) 実践編

#### 【テーマ内容】

- ・ ケアマネージャー・老人施設の選び方
- ・ 介護のプロを上手にマネジメントする方法
- ・ 介護にはお金がいくらかかるの？
- ・ 子育てと親の介護が重なったらどうしたらいいの？
- ・ 介護に疲れた家族を見つけたらどうしたらいいの？
- ・ 同居の家族の防災介護
- ・ 離れて暮らす親の防災について考える

## ◆ 動画配信 ◆

配信期間: 令和3年9月17日(予定)～令和4年3月31日まで

#### 内容

- ・ 8月3日実施のオンライン講座(心構え編)を一部編集したもの(60分)
- ・ 介護体験談(40分)
- ・ 一般家庭向け介護実技(①移動・移乗 ②食事 ③入浴 ④排泄)  
(各20分×4テーマ)

