

# 「実技で学ぶ介護のコツ」

実際にベッドと車椅子を用いて講習会を行います。

自宅で介護する際のコツをお伝えします！

正しい知識と技術で、本人や家族の「心」と「身体」の負担を軽くします。

＜対象＞ ※ 船橋市在住・在勤  
・自宅で介護しているご家族  
・介護する可能性のある方

## 参加者の声

- 理屈ではわかっているけど、実際にやると違っていることが身をもって知ることができました！
- ベッドから起こす時のコツ、手の場所などがわかりました！
- 一人一人悩みも違う。相談コーナーで悩みを聞いていただき、少しほっとしました！



## ＜内容＞

- ①講義 介護の心得
- ②実技 起き上がりや移乗動作、更衣の着脱や排せつなど
- ③相談 在宅介護の専門職が個別相談に対応します

### 第1回

9月8日(木)  
西部公民館  
第1・2集会室

#### 【申込先】

西部地域包括支援  
センター

☎047(302)2628

受付開始

8月1日(月)

### 第2回

11月24日(木)  
船橋市役所  
分室会議室1

(千葉県船橋合同庁舎3F)

#### 【申込先】

南部地域包括支援  
センター

☎047(436)2883

受付開始

10月17日(月)

### 第3回

5年2月16日(木)  
二和公民館  
第2・3集会室

#### 【申込先】

北部地域包括支援  
センター

☎047(440)7935

受付開始

5年1月16日(月)

※各申込先に電話でお申込みください(先着順 各定員:20名)

※各回とも、午後1時30分～午後4時まで(内容は同じです)

※新型コロナウイルス感染防止対策のため参加要件を変更する場合があります。

※当事業は、船橋市が船橋市訪問介護事業者連絡会に委託して実施します。

【問い合わせ先】

船橋市地域包括ケア推進課 松川・小貫

TEL 047(436)2882 FAX 047(436)2885