

# 「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

8月23日(金)  
中央公民館  
第3・4集会室

#### 【申込先】

南部地域包括支援  
センター

☎047(436)2883

受付開始

7月16日(火)

### 第2回

11月12日(火)  
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

10月1日(火)

### 第3回

7年2月20日(木)  
高根台公民館  
第1・2・3集会室

#### 【申込先】

中部地域包括支援  
センター

☎047(423)2551

受付開始

7年1月15日(水)

※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)

※感染症防止対策等のため定員、内容等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