



介護・健康教室 開催日カレンダー



月	日付	曜日	時 間	教室種別	プ ロ グ ラ ム 名
9月	3	火	10:00-12:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	5	木	13:30-16:00	介技	介護技術①「高齢者疑似体験・車いすの使い方」
	12	木	13:30-16:00	介技	介護技術②「寝返り・起き上がり・立ち上がりの介助」
	19	木	13:30-16:00	介技	介護技術③「移乗の方法・福祉用具の活用」
	25	水	09:30-12:00	認介	認知症介護教室（認知症ケア講座）
	26	木	13:30-16:00	介技	介護技術④「着替えの介助・シーツ交換」
10月	2	水	10:00-12:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	3	木	13:30-16:00	介技	介護技術⑤「食事の介助・手洗いの方法」
	10	木	13:30-16:00	介技	介護技術⑥「排泄の仕組み・トイレ介助」
	11	金	13:30-15:30	テ	睡眠教室
	17	木	13:30-16:00	介技	介護技術⑦「尿器便器のあて方・おむつ交換・清拭」
	24	木	13:30-16:00	介技	介護技術⑧「入浴の介助・足浴」
	25	金	10:00-12:00	介予	疲労回復教室
11月	3	日	13:30-15:00	講演	「腸活で超ハッピーな人生を」長瀬 みなみ氏 講演会
	5	火	10:00-12:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	7	木	10:00-11:30	認予	脳活トレーニング
	13	水	10:00-12:00	認予	消しゴムはんこ教室
	19	火	09:30-12:00	認介	認知症介護教室（認知症ケア講座）
	27	水	10:30-13:00	認予	薬膳教室（講義＆調理実習）
12月	5	木	13:00-15:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	6	金	13:30-16:00	介技	介護技術①「高齢者疑似体験・車いすの使い方」
	11	水	10:00-11:30	認予	3B体操
	13	金	13:30-16:00	介技	介護技術②「寝返り・起き上がり・立ち上がりの介助」
	18	水	10:00-11:30	認予	フラワーアレンジメント
1月	20	金	13:30-16:00	介技	介護技術③「移乗の方法・福祉用具の活用」
	10	金	13:30-16:00	介技	介護技術④「着替えの介助・シーツ交換」
	15	水	10:00-11:30	認予	Let'sレクリエーション
	17	金	13:30-16:00	介技	介護技術⑤「食事の介助・手洗いの方法」
	23	木	10:00-12:00	認予	押し花アート教室
	24	金	13:30-16:00	介技	介護技術⑥「排泄の仕組み・トイレ介助」
	26	日	13:00-15:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	28	火	13:30-15:30	介予	転倒予防教室
	29	水	09:30-12:00	認介	認知症介護教室（認知症ケア講座）
2月	31	金	13:30-16:00	介技	介護技術⑦「尿器便器のあて方・おむつ交換・清拭」
	6	木	13:30-15:30	テ	お薬教室
	7	金	13:30-16:00	介技	介護技術⑧「入浴の介助・足浴」
	8	土	13:30-15:30	認予	園芸療法＆アロマセラピー
	14	金	10:00-12:00	認予	折り紙教室
	19	水	10:00-12:30	介予	栄養教室「もっと野菜メニュー」（講義＆調理実習）
	21	金	10:00-12:00	介予	排泄教室～骨盤底筋運動～
	23	日	13:30-15:00	講演	「元気がでる介護～認知症の人の心に届く、声のかけ方・接し方～」高口 光子氏 講演会
	26	水	13:30-15:00	認予	脳活トレーニング
3月	28	金	13:00-15:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	5	水	10:00-12:00	テ	介護保険を知る教室
	7	金	10:00-11:30	介予	太極拳教室
	15	土	10:00-12:00	認介	認知症介護教室（認知症サポーター養成講座）
	22	土	09:30-12:00	認介	認知症介護教室（認知症ケア講座）

教室種別	介 予	介護予防教室	介 技	介護技術教室	認 介	認知症介護教室
	認 予	認知症予防教室	テ	テーマ別教室	講 演	講演会



介護技術教室

自立の気持ちを大切にしながら、
楽に行える基本の介護技術を学びます。
一般の方向けの教室です。



9-10月
木コース

12-1月
金コース

1 高齢者疑似体験・車いすの使い方

9 / 5
(木)

12 / 6
(金)

2 寝返り・起き上がり・立ち上がりの介助

9 / 12
(木)

12 / 13
(金)

3 移乗の方法・福祉用具の活用

9 / 19
(木)

12 / 20
(金)

4 着替えの介助・シーツ交換

9 / 26
(木)

1 / 10
(金)

5 食事の介助・手洗いの方法

10 / 3
(木)

1 / 17
(金)

6 排泄の仕組み・トイレ介助

10 / 10
(木)

1 / 24
(金)

7 尿器便器のあて方・おむつ交換・清拭

10 / 17
(木)

1 / 31
(金)

8 入浴の介助・足浴

10 / 24
(木)

2 / 7
(金)

講師 大分県社会福祉介護研修センター 介護技術講師
8プログラム共通のテキスト代 ￥500
実費：1プログラムにつき ￥100
すべて実習を行います。動きやすい服装でご受講ください。

すべて 13:30~16:00



認知症介護教室

STEP1 認知症サポーター養成講座

日常的に認知症の方と関わっている講師が、実体験にもとづき、「認知症についての正しい理解」を得ることを目的に講義をします。
受講した方には、「認知症サポーター」として「認知症の人を支援します」という意思を示す目印の認知症サポーターカードをお渡しします。



午前開催 10時~12時	9 / 3 (火)	10 / 2 (水)	無 料	定員 30名
	11 / 5 (火)	3 / 15 (土)		
午後開催 13時~15時	12 / 5 (木)	1 / 26 (日)	2 / 28 (金)	

内容は毎回同じです。

STEP2 認知症ケア講座

認知症の方に対する生活のさまざまな場面での接し方や声のかけ方など、具体的なケアのポイントについて学びます。



午前開催 9時30分~12時	9 / 25 (水)	11 / 19 (火)	実費 ￥100	定員 30名
	1 / 29 (水)	3 / 22 (土)		

内容は毎回同じです。

当センターで実施する「認知症サポーター養成講座」を受講された方が対象の講座です。