



# 高齢者ケア入門講座【選択式】

地域でケア(介護)を提供している施設ならではのセミナーを企画しました。  
興味のあるテーマの講座にご参加ください!

※白寿会インターンシッププログラム「ケアする仕事を体験する～夏休みシリーズ～」  
の一環として実施します

## ○○●○ キーワード ○●○○

- # 高齢者施設ってどんなところ?    # 介護入門    # 新しい介護方法を知る
- # お年寄りが食べやすい食事    # 認知症ってどんな病気    # 認知症サポーターになる
- # 介護の仕事って大変なの?    # もしバナゲームを知ってる?
- # 80歳になった自分を体験    # タッピングタッチでリラックス    # 救命入門

- 講座期間** : 2019年8月5日(月)、6日(火)、7日(水) ※希望の講座に参加
- 場 所** : 白寿苑  
大阪市西成区南津守 7-12-32 オオサカメトロ四つ橋線「北加賀屋」駅から徒歩7分
- 参加対象** : 介護・福祉に興味のある方 (一般、高校生、大学生、専門学校生)  
各講座・定員10名程度 ※高校3年生、中学生はご相談ください
- 参加費** : 無料
- 申込方法** : 参加申込書の内容を、電話、FAX、メールのいずれかでお知らせください。  
お申し込みいただく前に、不明点などありましたら気兼ねなくご連絡ください。  
※申し込みいただいた後、こちらからの返信をもって参加確定となります
- 申込締切** : 7月31日(水) ※定員に達し次第、講座ごとに締め切りますので、締切日以降も一旦、お問い合わせください。空席あればご参加いただけます。
- 問合せ先** : 社会福祉法人白寿会 法人本部(担当:鈴木、原田)  
電話 06-6651-2210 FAX 06-6651-6060  
メール hakujuen@herb.ocn.ne.jp  
ホームページ <https://www.hakujuen.or.jp>

白寿会 HP



## ★8月5日(月)のプログラム

### 【講座1】 まずはどんなところか見て知ろう ～施設見学～

【時間】 10:00～11:30

「老人ホーム」ってよく聞くとと思いますが、実はいろんな種類があるのをご存じですか？

白寿会には「特別養護老人ホーム(特養)」「軽費老人ホームケアハウス」「介護付き有料老人ホーム」という3つの種類の老人ホームがあります。実際に見に行きましょう！

ご自宅で生活されている方が利用する「デイサービス(日帰り)」なども見学する予定です。お楽しみに！



### 【講座2】 高齢者の方のために工夫した食事ってどんなもの？

【時間】 11:45～13:00 ※この日の苑の昼食と一緒に食べます

白寿苑で提供されている食べ物や飲み物には、いろいろな工夫がされています。どうしてそんな工夫が必要なのか？そして、それはどんなものなのか。あなたの目で、耳で、舌で知ってください。

※昼食として召し上がっていただく食事は普通食です(参加者は無料)



### 【講座3】 私が80歳になったら…(キャップハンディ体験)

【時間】 14:00～16:15

※1時間プログラムです。小人数制のため、講座4と入れ替えて同時実施します。講座3のみ参加の方は15:00終了予定です。

「わたしが80歳になった時…」なんて、なかなか想像が付きませんよね。からだの変化を体感できる装具をつけて、イメージをふくらませてみるワークショップです。



### 【講座4】 縁起でもない話をしよう！(もしバナゲーム)

【時間】 14:00～16:15

※1時間プログラムです。小人数制のため、講座4と入れ替えて同時実施します。講座4のみ参加の方は15:00終了予定です。

人生の最後の時に自分はどうしたいか、考えたことはないかもしれないし、あまり考えたくないかもしれないけれど、「今をどう生きるか」を考える時、大事なことのように思います。そのきっかけとなるカードゲームが「もしバナゲーム」。一緒にやってみましょう。



## ★8月6日(火)のプログラム

【講座5】 身体のしくみとボディメカニクス

【講座6】 介護入門

【講座7】 新しい介護方法を知ろう

※「介護」にまつわる連続講座として実施します

【時間】 10:00~14:45 ※途中で1時間の昼食休憩をとります

介護の技術に入る前に、まずは身体のしくみを知り、どう動くのかを理解することが、実はとっても大事なのです。まずはそこからスタートします。自分の身体を守るため、実際に白寿苑でも実践しているケアする前の「ストレッチ体操」も一緒にしてみましょう。

そして、実際の介護技術の入門編として、「コミュニケーションのポイント」「車いすを使う(移動介助)」「着替えを手伝う(更衣介助)」「食事を手伝う(食事介助)」などをやってみます。

最後に、介護をする人の負担を軽くする道具「スライディングシート」「スライディングボード」「リフト」等、新しい介護方法を見て、実際に体験してみてください。

◎身近に介護を必要とされている方がおられるようなら、新しい発見や気づきがあるかも!?



【講座8】 自分も相手もケアする手法(タッピングタッチ)

【時間】 15:00~16:30

「ゆっくり、やさしく、ていねいに」。タッピングタッチはとても簡単です。特別な道具や技術はいりません。左右交互に、力を入れずに、背中や肩などを指先で軽くタッチする1回15分ほどのケアの方法です。リラックスできたり、リフレッシュして体の緊張がほぐれるなど、「心理面」「身体面」「人間関係」に効果があり、心理、教育、看護、福祉、子育て、被災者ケアなどの分野で利用が広がっています。一緒にやってみましょう。

※認定インストラクターの資格をもつ職員が**基礎講座 A**として実施し、受講者には**受講カード**をこの場でお渡しします。



## ★8月7日(水)のプログラム

### 【講座9】 認知症ってどんな病気？

【時間】 10:00～12:00

高齢者ケアに携わっている人たちのなかで、今、一番学びたい人が多いのが「認知症」や「認知症ケア」についてです。

認知症についてのキノのキノから学べる講座です。

※認知症キャラバンメイトの職員が、認知症サポーター養成講座として実施し  
受講者には認知症サポーターの証オレンジリングをお渡しします



### 【講座10】 いろんな人から話を聴こう

～当事者、介護者、福祉の現場で働く人～

【時間】 13:00～14:45

介護の仕事をしている人、自分の家族を介護している人、ご自身が介護を受けている人、介護にかかわっているいろんな人から、そのなかで感じていること、介護を経験することでわかったこと等を、ざっくばらんにお話いただきます。

◎大阪福祉人材支援センターから「インターンシップ事業」「職場体験事業」の説明をしていただきます。登録いただくと、この場で「職場体験サポートブック」がもらえます。



### 【講座11】 救命講習

【時間】 15:00～16:30

心肺停止状態での119番通報のうち、7割は自宅で発生しているのだそうです。「大事な人を救う」ために、誰でも実践することができる「胸骨圧迫」と、「AED」の使い方を一緒に学びましょう。

高齢者介護分野でも、重要な知識と実践のため、当会には「応急手当普及員」の有資格者が多数在籍しており(大阪市消防局認定)、講師となって行います。

※受講者には大阪市消防局の救命入門コース参加証を、後日お渡しします



<トピックス> 今年、白寿会は「ユースエール認定」を受けました！

★ユースエール認定とは…？

若者の採用・育成に積極的で、雇用管理の状況などが優良な中小企業を厚生労働大臣が認定する制度。年間の有給休暇取得日数が10日以上、平均残業時間が月20時間以下、新人離職率が20%以下などの基準をクリアしていること等が条件になっています。



2016年から  
子育てサポート企業  
にも認定されています



## 高齢者ケア入門講座【選択式】 参加申込書

ふりがな お名前	1 学生 2 一般 ※どちらかに○	ふりがな 学校名	学年  年
-------------	-------------------------	-------------	-------------

★ご連絡先 …… 申し込みいただいた方に連絡がとれれば、学校でも構いません ※必須

ご住所 〒 - -	電話※ - -	F A X - -
メール @		

※参加確定後、災害や突然の体調不良等を想定し、緊急時の連絡先を確認させていただく予定です。

★主催者側で配慮が必要なことがあれば教えてください

★参加希望講座の枠に○を入れてください

### 8月5日(月)

10:00~11:30 【講座1】 施設見学	11:45~13:00 【講座2】 高齢者の食事	14:00~16:15 【講座3】 キャップハンティ体験	14:00~16:15 【講座4】 もしバナゲーム

### 8月6日(火)

10:00~14:45 【講座5】【講座6】【講座7】 介護にまつわる連続講座	15:00~16:30 【講座8】 自分も相手もケアする手法(タッピングタッチ)

### 8月7日(水)

10:00~12:00 【講座9】 認知症ってどんな病気?	13:00~14:45 【講座10】 いろんな人から話を聴こう	15:00~16:30 【講座11】 救命講習

申込・問合先 : 社会福祉法人白寿会 (担当:鈴木、原田)

電話 06-6651-2210 (この内容を口頭でお伝えください)

FAX 06-6651-6060 (この用紙に記入の上、左記まで送信ください)

メール hakujuen@herb.ocn.ne.jp (この内容をご連絡ください)