ふ だんの く らしを し あわせに 出前講座

地域での集まりで『福祉や介護について知りたい』などのご要望に応じて、社協職員が出前講座を行います。お気軽にお申込みください。

介護・障がいサービス
知って上手く利用しよう！

介護保険や障がい者支援の制度やサービス内容をわかりやすく説明いたします。

認知症
正しく知ろう！

認知症についての理解を深めたり予防方法などを学びます。

家庭での介護
こんなときどうするの？

家庭で必ず行う食事、排せつ、着替え、移乗などの介護の基本が学べます。

心の健康作り
ストレスと上手くつきあおう！

臨床動作法の技法を使ってストレスと上手く付き合う方法を学びます。

レクリエーション
サロンなど集まりで！

軽い体操、ゲーム、頭の体操など集まりで使えるネタを紹介します。

福祉学習
バリアフリーについて考えよう！

車いす、アイマスク、高齢者疑似などの体験により心のバリアフリーを学びます。

エンディングノート
最後まで自分らしく、生きる終活のススメ！

これまでの人生を振り返り、また自分の希望を伝えるためにエンディングノートを活用して方法を学びます。

福祉マップ作り
地域の再発見！

地域の現状を知り、住宅地図を用いて、自分の地域の課題や良い点を話し合い地域の現状を理解します。

さをり織り作り
自分だけの作品を！

自分の感性で編み上がる「さをり織り」が体験できます。

◎ 講師料は無料です。
◎ 講座内容の詳細は、ご相談に応じます。１講座の所要時間は、約１時間です。
◎ グループ（目安５名以上）でお申込みください。
◎ 業務の都合により、ご希望の日時に提供できない場合もあります。

お知らせ・お申し込み

●郡上市社会福祉協議会地域福祉課まで（TEL８８−９９８８）お申込みください。
（受付時間　平日８時30分～17時30分）

⇩

●日時や内容について担当者が調整させていただきます。 ⇨ ●出前講座の実施！