

あなたの知りたい[💡]を

「ふくし出前講座」で 楽しく学んでみませんか？

「簡単な介護方法や楽しく続けられる体操などを、仲間と一緒に学んでみたい…！」。
そんなあなたのふくしにまつわる興味や学びを応援します！

「ふくし出前講座」とは？

皆さんの^{つど}集いの場や勉強会などへ伺い、「ふくし」に関する情報や専門的な知識・技術をお届けします。



ふくし出前講座「車いすの操作方法の様子」

誰が教えてくれるの？

- ・町内社会福祉法人や社会福祉事業所で結成している「チームミンナノチカラ^{※1}」のメンバー
- ・「東浦町ふだんのくらしのしあわせを守り支えるための連携協定^{※2}」を締結している事業者

※1
「チームミンナノチカラ」とは？

※2
「東浦町ふだんのくらしのしあわせを守り支えるための連携協定」とは？



「ふくし出前講座」を利用してみたい！

皆さんの元気で豊かな暮らしの“チカラ”になればと「ふくし出前講座」は町内どこへでも伺います！

●対象

町内在住、在勤、在学のおおむね10名以上で構成された団体やグループ

●受講料 無料

※材料費などが発生する場合あり

●申込み

申込書を開催希望日の約1か月前までに問い合わせ先へ

※申込書は町福祉センターで配布または町ホームページからダウンロード



●問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎84-3741

町福祉センターで
パンフレット配布中！→



83講座をご用意！（6月1日時点）

受講料
無料

講座テーマの例

- 健康・リラクゼーション講座
例：おなか元気セミナー、熱中症を予防しよう！など
- 高齢・介護・防災・食と栄養など、日々の暮らしに役立つ講座
例：終活セミナー、骨と乳酸菌など

在宅医療を支える 専門職を紹介！

リハビリは、病気やケガによって低下してしまった身体機能を回復させるだけではなく、住み慣れた場所で、自立した生活を送れるようにすることも目的の1つです。今回は、高齢者の身体を支援する主な「リハビリ専門職」を紹介します。

在宅医療って？



リハビリ専門職

理学療法士

身体に障がいのある方、障がいの発生が予測される方に対して「座る、立つ、歩く」などの基本動作能力の回復・維持や、障がいの悪化を予防するためのリハビリテーションを行います。

作業療法士

「食事する」「顔を洗う」「料理をする」「字を書く」など、生活上で必要不可欠な動作のリハビリテーションを行い、日常生活をスムーズに送ることができるように支援します。

言語聴覚士

コミュニケーション（話す、聞く、読む、書くなど）や食べること（摂食・嚥下）のリハビリテーションを行う専門職です。社会生活を送るうえで、人とのつながりの根底を支えるリハビリを行います。



＼リハビリ専門職に聞いてみた！／

在宅医療介護連携部会
株式会社 T-NEXT 代表取締役
辻 博樹さん（言語聴覚士）

健康寿命が大切と言われています。健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことをいいます。心も体も健康的に生活を送る上で大切なことは「おいしく食べる」「適度に運動する」「よくしゃべる」ことです。

また、病気を予防していくことも大切ですが、健康上の問題を抱えても「自分らしく」過ごすことができることも大切です。「自分らしく」をご本人やご家族と伴走していくのがリハビリテーション専門職と考えています。

過去に開催された
ふくし出前講座
の様子をご紹介します！



転倒予防教室

スライドや実演から、転倒による体への負担や転びにくい歩き方などを作業療法士から学びました。



人生会議とこれからノート

一級葬祭ディレクターと一緒に、自分らしく生きるための「人生会議（もしバナゲーム）」や自分らしい未来を過ごすための「わたしのこれからノート」などを体験しました。



防災と口腔ケアのお話し

防災用品のチェックや災害時に気をつけておきたいオーラルケアなど、言語聴覚士から大規模災害後に健康で生き抜くための秘訣を学びました。