

令和6年度 静岡市地域リハビリテーション推進センター 市民向け講座



市民であれば誰でも受講できる基礎的内容の講座です。
 知ること、自宅介護のヒントにつながる「お得な情報」をお伝えします！

	講座名	対象者	定員	日程	時間	申込開始日	内容
腰痛予防の介護法	腰痛予防に効果的な福祉用具の使い方1	自宅介護における基本的な介助方法を学びたい方	16人	6月13日(木)	13:30 ~ 15:30	6月5日(水)	介護用ベッド、スリングシート、介護用グローブの使い方について、体験を通して学びます。
	腰痛予防に効果的な福祉用具の使い方2	自宅介護における基本的な介助方法を学びたい方	16人	6月27日(木)	13:30 ~ 15:30	6月5日(水)	移乗用ボード、リフトを利用した基本的な使用法について、体験を通して学びます。
	移乗介助の実技基礎(中等度介助編)	自宅介護における基本的な介助方法を学びたい方	20人	12月12日(木)	13:30 ~ 15:30	11月5日(火)	自力で車椅子に移乗することが困難な場合の介助量を見極め方と介助方法を体験を通して学びます。
簡単ものづくり講座	かがまずはける！ 靴下お助け用具	【対象者】 ものづくりに興味のある方	10人	7月27日(土)	9:30 ~ 11:30	7月5日(金)	足先に手が届きにくい場合に靴下を履く動作を助ける道具を作成すると共に、様々なお助け道具について体験して学びます。
			10人	2月20日(木)	13:30 ~ 15:30	1月6日(月)	

受講会場は、静岡市城東保健福祉エリア内(葵区城東町24-1)で行いますので、申込時にご確認ください。



【問合せ・申込先】

静岡市地域リハビリテーション推進センター

電話 054-249-3182 FAX 054-209-0103

住所 〒420-0846 静岡市葵区城東町24-1 (城東保健福祉エリア 保健福祉複合棟2階)

- * 申込開始日をご確認ください。
- * 不明な点は、お問合せください。

ホームページは
こちらから
アクセス
↓



ホームページをチェック!!

- ☐ 市民向け講座
- ☐ 専門職向け講座
- ☐ 介護予防事業

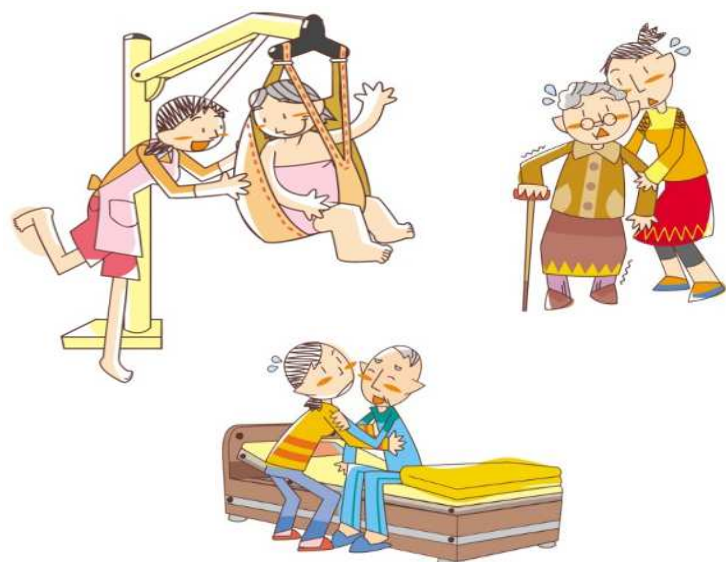
静岡市地域リハビリテーション推進センターでは、地域の身近な相談先として様々な内容の「リハビリ・介護相談」を実施しています。相談例は、裏面をご覧ください、お気軽にご相談ください。

令和6年度 静岡市地域リハビリテーション推進センター 市民向け講座



問合せ・申込み先は、裏面を確認してください。

	講座名	受講会場	定員	日程	時間	申込開始日	内容
私と家族の介護法	ベッドに寝ている人の移動を楽にする方法	城東保健福利エリア 第1・2研修室	20人	6月22日(土)	9:30 ~ 11:30	6月5日(水)	褥瘡(じよくそう)の発生要因や予防法を知り、自分で身動きできない人をベッド上で楽に移動させる方法について体験を通して学びます。
	立ち上がり・移動の介助	地域リハビリテーション推進センター	16人	7月18日(木)	13:30 ~ 15:30	7月5日(金)	知っているとは身体の負担が軽くなる介護のテクニックについて体験を通して学びます。
	飲み込みが大変な人への食事介助法	大里生涯学習センター	16人	8月22日(木)	13:30 ~ 15:30	8月5日(月)	いつまでも美味しく口から食べることを目指し、飲み込みの機能や誤嚥の予防法について体験を通して学びます。
	高齢者のポジショニング基礎講座(寝たきり編)	地域リハビリテーション推進センター	16人	8月29日(木)	13:30 ~ 15:30	8月5日(月)	ベッド上において、自力で動くことが大変な人が苦痛を感じることなく過ごす方法について体験を通して学びます。
	いくつになっても住み続けられる家の工夫	地域リハビリテーション推進センター	16人	9月5日(木)	13:30 ~ 15:30	8月5日(月)	高齢者や障がい者がいくつになっても住み続けることができる家について、基礎知識の体験を通して学びます。
	暮らしの中の転倒予防	地域リハビリテーション推進センター	16人	9月19日(木)	13:30 ~ 15:30	9月5日(木)	高齢者の事故に多い「転倒」の予防法を知り、すぐ取り組める工夫や体づくりを体験して学びます。
	骨盤力を高めましょう	東部生涯学習センター	16人	10月17日(木)	13:30 ~ 15:30	9月5日(木)	40歳以上の3人に1人は経験があると言われている「尿失禁」。排泄の基礎知識や失禁の予防法について、体験を通して学びます。
	失語症の症状とリハビリテーションの工夫	城東保健福利エリア 第1・2研修室	20人	1月9日(木)	13:30 ~ 15:30	12月5日(木)	脳の病気等の後遺症で出現する失語症について、症状の理解、コミュニケーションのとり方や自宅でのリハビリテーションについて体験を通して学びます。



当センターの相談は、電話・来所・訪問で対応します。

相談対応時間は、
平日の8時30分～17時15分です。

相談では、
・自助具で自立を目指したい
・住宅改修や福祉用具を検討したい など
様々な内容に、理学療法士・作業療法士が応じます。

お気軽に、ご相談ください。