無料
申込制

やさしい介護講座

暮らしの中の「ちょっと不安だな」
困ったときの「どうしよう…」に
ヒントが見つかる講座です。

こんな時、どうしていますか？

- お薬のことって、飲み合わせや副作用とか、意外と知らないわ…
- 親がお風呂に入れない時、着替えや身体を清潔に保つにはどう工夫する？
- 排泄のトラブル、誰に相談すれば？

など…

参加者の声（令和7年度アンケートより）

- 薬の基本、成り立ちがよく分かった。実験がとても新鮮だった。
- 相手への声かけは想像以上に心理的安心感に繋がるのですね…
- プライベート・デリケートな問題をおもしろく説明していただき、まさに「目からウロコ」でした！

3ヶ月予定表

対象者：市内に在住または通勤・通学の方
（介護・福祉業務従事者・介護福祉に係る有資格者は対象外）

日程・会場	テーマ・講師	定員 先着順
10月26日（月） 13：30～15：30 2階　大会議室	『身近な薬とどう付き合いますか？』 講師：メディカプラン京都（すこやか薬局）　中川　直人　氏 伝えたいこと：知っておきたい薬の基礎知識、効果や副作用、正しい飲み方等、実験や実例を通して、みなさんができる対策・予防等を一緒に学び、考えませんか？	30名
11月18日（水） 13：30～15：30 2階　大会議室	『着替えることで気分が変わる?! 日常の当たり前を考えませんか？』 講師：訪問看護ステーション虹　西尾 希美重　氏 伝えたいこと：痛みや麻痺等の障害になってもできる工夫はたくさんあります…衣服の選び方や着替える前準備等のヒントを紹介します。実演中心の体験型講座です。	30名
12月4日（金） 13：30～15：30 2階　大会議室	『排泄の困りごと　一人で悩んでいませんか？ 原因から考える解消法』 講師：排泄用具の情報館むつき庵　熊井　利將　氏 伝えたいこと：排泄にトラブルが起こっても、その人らしく暮らせるように…。個別的でデリケートな問題を、基本的な知識と実技を交え解決へ導きます。	30名

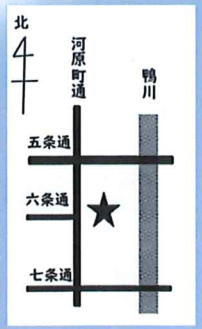
参加について

持ち物：筆記用具をお持ちください。
11月はTシャツ・前開きのシャツ・スエットズボン（ウエストがゴムのもの）をお持ちください。
※前開きシャツとズボンはパジャマでも可能です。
12月は実習も行うため、スカートでの参加はご遠慮ください。
※要約筆記等をご希望される方は開催2週間前までにお問合せをお願いします。

会　場

ひと・まち交流館
京都

市バス4，7，205号系統
「河原町正面」下車
（河原町五条下る東側）



申込方法

下記のいずれかの方法でお申込みください。当日受付しませんのでご了承ください。
FAXでお申込みの場合は、ご参加いただけない場合のみご連絡を差し上げます。
メール、京・福祉の研修情報ネットでお申込みの場合は、「kaigo@kcsw.jp」から返信いたします。

電話（075)-354-8772 :申込書の①～⑦を担当者へお伝えください。

FAX（075)-354-8808 :申込書に記入し、送付ください。

メール　kaigo@kcsw.jp :申込書の①～⑦の内容を送信してください。

京・福祉の研修情報ネット :申込書のQRコードを読み取ってお申込みください。

申込書

*各回、受付開始日より前に申込みをされた場合は、申込は無効とさせていただきます。
*下記の内容は、本センターの事業以外の目的で使用することはありません。
*先着順です。定員を超えた場合は受付締切日より前に受付終了する場合がございます。
*受付終了後にキャンセルが出た場合でも、追加募集や当日受付はいたしかねますのでご注意ください。

<table>
<tr><td colspan="2">①受講希望日に〇をつけてください</td><td>QRコード</td><td rowspan="2">②氏名</td><td rowspan="2">③年齢</td></tr>
<tr><td>9/1（火）受付開始
10/21（水）受付締切</td><td>10月26日(月)
薬</td><td></td></tr>
<tr><td>10/1（木）受付開始
11/13（金）受付締切</td><td>11月18日(水)
着替え</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>11/2（月）受付開始
12/1(火）受付締切</td><td>12月4日(金)
排泄</td><td></td><td colspan="2">⑤お住まいの行政区</td></tr>
<tr><td colspan="5">⑥受講の際に、配慮が必要な方はその旨をご記入ください。</td></tr>
<tr><td colspan="5">⑦講座の延期・中止が決定した場合、ご希望の連絡先に〇をつけてください。
メール　・　電話　・　FAX（　　-　　）・　郵送
メール、郵送をご希望の方は、下記にメールアドレスまたは郵送先をご記入ください。
【　　】</td></tr>
</table>

お問合せ

京都市社会福祉協議会　社会福祉研修・介護実習普及センター
（ひと・まち交流館　京都　4階）

電話：075－354－8772　　FAX：075－354－8808

メール：kaigo@kcsw.jp