

能代市社会福祉協議会 出前講座メニュー

番号	講座名	内容	時間
1	社会福祉協議会とは	社協とは？行政との違いは？どんなことをやっているの？ 私たち能代市社協についてわかりやすく説明します。	60分
2	事例から見えてくる 孤立しないさせない地域 づくり	事例をもとにご自分の地域ではどんな支え合い・助け合い ができるのか皆さんと一緒に考えてみませんか。	60分
3	地域を活性化する ボランティア・ネット ワークのすすめ	自治会・町内会がボランティア団体とネットワークを築く ことにより自治会・町内会力アップを図ります。同時に地 域でボランティアを受け入れる際の心構えやノウハウを提 供します。	60分
4	災害時にも活かそう ボランティア活動	災害時において、自治会・町内会などの地域でボランティ ア活動が進められるよう、災害ボランティアセンターなど のノウハウを提供します。	60分
5	いきいきサロンを つくろう	近くの集会所等を利用した「いきいきサロン」について、 立ち上げから運営までのお話しと実際の活動を紹介します。	60分
6	地域で支えるセーフティ ネット～生活困窮者自立 支援事業について～	生活困窮者自立支援制度や「くらしサポート相談室」等、 生活困窮者支援を通じた地域づくりについて説明します。	60分
7	社協の貸付事業について	様々な利用で、他からの資金融通を受けられない世帯の相 談・貸付事業について説明します。	40分
8	知って安心！生活のサ ポート～日常生活自立支 援事業と成年後見事業～	判断能力に不安のある方の金銭管理や、日常生活自立支援 事業・成年後見制度についてわかりやすく説明します。	60分
9	赤い羽根共同募金 について	赤い羽根共同募金運動や歳末たすけあい運動の生い立ちや 使いみちについてお話しします。	60分
10	高齢者・障がい について理解しよう	疑似体験キットを装着した体験や、車イスの操作方法、ア イマスクでの体験等を通して理解を深めます。	90分
11	介護予防・健康教室	誰でもできる介護予防のための体操や転倒予防ための運 動、健康についてお話しします。また一緒に体を動かして エクササイズを行います。	60分
12	高齢者の生活を支える介 護の話	自分や家族に”介護”が必要になった時、どこに相談すれ ばいいのか、相談窓口や介護保険制度、サービスについて わかりやすく説明します。	40分
13	上手な介護の仕方 ～在宅介護の基礎～	着替え、おむつ交換、体位変換等高齢者を在宅で介護す るために必要な基礎知識・技術をお伝えします	90分
14	上手な介護の仕方 ～認知症の方の介護～	認知症について理解を深めていただくとともに、認知症の 方への接し方についてお話しします。	60分
15	在宅でできる簡単な 糖尿病食について	一日に摂取できるカロリーに応じた献立の立て方、献立例 などについて栄養士がお話しします。	60分

※メニュー以外の内容にも対応いたしますので、お気軽にご相談ください