

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	みんなで考える 災害への備えと支え合い	災害時のリスクや行動を学びながら、備えや避難、情報収集の基本の整理の仕方、災害ボランティアセンターの役割について学び、地域で助け合うためのヒントを見つけよう！	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	ふだんの暮らしから考える 福祉教育講座	「福祉」についての基本を学びながら、高齢者疑似体験、視覚障がい体験、車いす操作等を通して、日常の中でできる配慮や支え合いを考えます。	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レクリエーションを行います。	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、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
16	健康を支える食生活 について	1日に必要な食事量や栄養バランスの取れた食生活について、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