平成 27 年度
シニアボランティア講座開催要項
～あなたの生涯現役を応援します！～

○　目的

少子高齢化社会が進展するなか、団塊の世代や中高年の方々を対象に、長年培ってきた豊かな経験や知識、趣味等を生かしたボランティア活動への参画が期待されています。

そこで、介護の知識、地域のサロン等で活かせるレクリエーション等をそれぞれのコースで学び、今後の生活に活かしたり、地域で活躍するきっかけづくりを目的とし開催します。

○参加対象者（おおむね 60 歳以上）

- ボランティア活動に興味・関心のある方
- 支えあい活動・地域福祉活動について興味・関心のある方

○　日時及び会場

第 1 回　開講式・講演会（共通）

平成 27 年 9 月 30 日（水）10：00～16：00【受付 9：30～】
倉吉体育文化会館　大研修室（2 階）（倉吉市山根 529-2）

生活支援型　～くらし安心～				生きがい・健康促進型　～くらしイキイキ～			
西部会場		東部会場		西部会場		東部会場	
平成 27 年 10 月 15 日（木） 米子コンベンションセンター 第 6 会議室（5 階） （米子市末広町 294）		平成 27 年 10 月 6 日（火） さざんか会館 第 1 会議室（1 階） （鳥取市富安 2 丁目 104-2）		平成 27 年 10 月 8 日（木） ふれあいの里 中会議室 3（4 階） （米子市錦町 1 丁目 139-3）		平成 27 年 10 月 13 日（火） さざんか会館 第 1 会議室（1 階） （鳥取市富安 2 丁目 104-2）	
第 2 回	10：00～12：00	第 2 回	10：00～12：00	第 2 回	10：00～12：00	第 2 回	10：00～12：00
第 3 回	13：00～15：00	第 3 回	13：00～15：00	第 3 回	13：00～15：00	第 3 回	13：00～15：00
平成 27 年 10 月 29 日（木） 米子商工会議所 A 会議室（7 階） （米子市加茂町 2 丁目 204）		平成 27 年 10 月 20 日（火） さざんか会館 第 1 会議室（1 階） （鳥取市富安 2 丁目 104-2）		平成 27 年 10 月 22 日（木） ふれあいの里 中会議室 3（4 階） （米子市錦町 1 丁目 139-3）		平成 27 年 10 月 27 日（火） ふれあい会館 小・中研修室（4 階） （鳥取市扇町 21）	
第 4 回	10：00～12：00	第 4 回	10：00～12：00	第 4 回	10：00～12：00	第 4 回	10：00～12：00
第 5 回	13：00～15：00	第 5 回	13：00～15：00	第 5 回	13：00～15：00	第 5 回	13：00～15：00

※受付は各会場 9：30 からです。

○ **講座内容**

回数	生活支援型　～くらし安心～	生きがい・健康促進型　～くらしイキイキ～
第１回（共通）	■ 開講式 ■ オリエンテーション ■ 導入「今後、シニア世代に期待されること」　担当：県長寿社会課　職員	
	■ **講演：相手の心を癒す傾聴ボランティア活動～傾聴スキルの習得** 講師：NPO 法人ホールファミリーケア協会　鈴木絹英　氏	
第２回	■ **知っているようで知らない認知症の話** 65 歳以上の高齢者のうち、認知症を発症している人は、平成 24 年度時点で、7 人に 1 人程度とされています。認知症について正しい理解と接し方を学びます。 講師：認知症の人と家族の会鳥取県支部 代表世話人　吉野　立　氏	■ **音読であたまいきいき！** 音読の技術にこだわらず、昔話や詩などをみんなで声に出して読みます。みんなで一緒にワイワイ楽しみましょう。 講師：鳥取県立図書館　職員
第３回	■ **カラダの変化を知ろう！** 加齢がもたらすカラダの変化（腰痛、膝痛、頻尿など）や、加齢によって誰もが少しずつ感じるカラダの変調の理由とその対処法を紹介します。 講師：鳥取看護大学　村口　孝子　氏 出石　幸子　氏	■ **レクリエーション** 兵庫県姫路市の「杏の里Ⅰ・Ⅱ」では豪華客船をモチーフにしたデイサービスを運営されています。施設内通貨を利用し、カジノやアロママッサージなどのリハビリメニュー等を選べるのが特徴です。いつまでも自立した生活を送るためにどんな効果があるか実践から学びましょう。 講師：医療法人社団石橋内科 広畑センチュリー病院　事務長　石橋　正子　氏
第４回	■ **日常生活の具体的な介護の知識と技術** 自立を目指した介護にあたっての移動動作や、食事のすすめ方等を学習します。 **動きやすい服装でご来場ください！** 講師：赤十字健康生活支援講習指導員	■ **ニュースポーツを楽しもう！** ニュースポーツは、子どもからお年寄りまで誰でも気軽に楽しめるスポーツです。ニュースポーツをみんなで一緒に楽しみましょう。 **動きやすい服装でご来場ください！** 講師：鳥取県レクリエーション協会
第５回	■ **もしも…のときに役立つ応急手当** もしものときに役立つ、身の回りのものを使った応急処置法と心肺蘇生法、AED の扱い方などを学習します。 **動きやすい服装でご来場ください！** 講師：【東部】鳥取消防署　職員 【西部】米子消防署　職員	■ **珈琲・紅茶の美味しい淹れ方講座** 認知症予防にも効果があるといわれる珈琲。他人にも飲んでほしくなる珈琲・紅茶の淹れ方を学び、楽しいカフェタイムを楽しみましょう。 講師：ラバール（LA BAR）本池　達也　氏
	閉講式	閉講式

○ **参加定員**（定員になり次第締め切ります）

- 生活支援型・・・・・・・・・東部・西部　各２０名
- 生きがい・健康促進型・・・・東部・西部　各２０名

○ **参加費**

- 500 円

  ※第１回受付時に集金いたします。

○ **参加申込み方法**

- 参加申込書に必要事項を記入の上、下記事務所までお申し込みください。（ＦＡＸ・電子メール可）
- 申込期限：　**平成 27 年９月 18 日（金）**定員になり次第締め切ります。
- 本チラシは、鳥取県社会福祉協議会のホームページからダウンロードできます。

＊　参加申し込みに記載された個人情報は、本講座の参加者受付や連絡、参加者名簿の作成のみ使用します。

○ **事務局**

社会福祉法人鳥取県社会福祉協議会　福祉振興部（担当：安藤・桑村）

〒 689-0201　鳥取市伏野 1729-5　　県立福祉人材研修センター内

☎ 0857-59-6344　　fax　0857-59-6340

E-mail vc@tottri-wel.or.jp　　URL　http://www.tottori-wel.or.jp

平成２７年度　シニアボランティア講座　参加申込書

氏　名		電話番号 （　　）　　－	
住　所	〒　　－	Fax 番号 （　　）　　－	
希望講座	生活支援型 ～くらし安心～		西部会場
			東部会場
	生きがい・健康促進型 ～くらしイキイキ～		西部会場
			東部会場
講師の方に対してご質問等ございましたらご記入ください			