社会福祉法人 刀圭会

地域における公益的な取組み委員会

社会福祉法人 刀圭会

出張出前講座

地域における公益的な取組み委員会

刀圭会　出前講座　一覧

No.	演題名	受講対象	時間	講師	認定資格等
1	介護保険について	どなたでも	45分	菊池　奈身子	介護支援専門員
2	自宅で役立つ介護のこと	どなたでも	60分	神田　祐子	介護福祉士
3	健康管理について	どなたでも	60分	作山　弓佳 和田　亜美	看護師
4	お口の健康管理	一般の方	45分	松見　美香	歯科衛生士
5	食事と健康	一般・子供	30～40分	林　美和	管理栄養士
6	おかずも食べよう！朝ごはん	一般・子供	20～30分	林　美和	管理栄養士
7	認知症サポーター養成講座	住民・学校・企業	60分	キャラバンメイト	キャラバンメイト
8	終活について	どなたでも	60分／45分	佐藤　舞	終活アドバイザー
9	成年後見人制度	どなたでも	30分	佐藤　舞	終活アドバイザー
10	「身内のもしも」がくる前に	どなたでも	25分	佐藤　舞	終活アドバイザー
11	社会人になるまえに知っておきたいこと	中学生/高校生	15～20分	佐藤　舞	介護福祉士
12	心と体の栄養バランス	学生・一般	30～40分	安藤　萌絵	管理栄養士

※講座内容については、その他ご要望がありましたらお気軽にご相談ください。

＊申し込み先＊

申し込み方法

1.電話

2.メール

3.FAX

申し込みの際は以下の項目をお伝えください。

①申込者（企業名・学校名・団体名）
②住所・電話番号・担当者名
③講演番号、講演名
④希望日時（第3候補まで）
⑤講演希望場所
⑥その他ご要望

※申し込みを受けてからこちらで確認・調整し
折り返し申し込み担当者様へご連絡いたします。
講演希望日は、申込日より原則２か月前でお願いいたします。
お急ぎの場合は直接電話にてご相談ください。

申し込み先
社会福祉法人　刀圭会　法人本部
担当：佐藤
TEL　0155-36-2308
FAX　0155-36-7290
MAIL　mais@toukeikai.or.jp

1	介護保険について	
どなたでも受講いただけます	45分	**講師：菊地　奈身子** （介護支援専門員）

＊講演内容＊

1. 介護保険制度について
2. 介護保険料について
3. 介護保険サービス等の利用までの流れについて
4. 利用料などの軽減制度について
5. 介護保険サービスの内容について

ポイント

介護保険について
要点をまとめたお話です。

2	自宅で役立つ介護のこと	
どなたでも	60分	**講師：神田　祐子** （介護福祉士）

＊講演内容＊

1. 排泄介助
2. 更衣介助
3. 移動・移乗介助
4. 認知症の対応

ポイント

全てを介護者（ご家族）が行うのではなく、
介護者の負担を軽減しながら
ご本人の自立を支援できる方法をお伝えします。

3	健康管理について	
どなたでも	60分	講師：作山　弓佳・和田　亜美 （看護師）

＊講演内容＊

1．　健康寿命を延ばすために

①　健康寿命って？

②　予防医学って？

③　健康の大切さ

2．　生活習慣病を予防するために

①　生活習慣病って？

②　一無、二少、三多のすすめ

3．　日和見感染、流行感染症から身を守るために

①　日和見感染って？

②　正しい感染症予防方法

4．　メタボを防ぐ！
「ながら運動」をやってみよう

ポイント

簡単な動作や実践を交えながら、
地震の健康管理やご家族の健康管理に
役立つお話をさせていただきます。

4	お口の健康管理	
一般の方	45分	**講師：松見　美香** （歯科衛生士）

＊講演内容＊

1. 平均寿命と健康寿命の差
2. 歯の喪失による生活の質の低下
3. むし歯の進行について
4. 歯周病について
5. 歯周病と全身の病気との関係
6. 正しいブラッシングの方法
7. 補助用具の使い方について

ポイント

お口は体の大切な器官の一部でありながら、
当たり前すぎて実はその重要さについて
見落とされがちではないでしょうか？？
「年齢と共に弱っていくのは仕方ない」
と諦める前に、いま一度お口の健康について
振り返り、豊かに暮らしていくヒントを見つけませんか？

5	食事と健康	
一般・子供	30～40分	**講師：林　美和** （管理栄養士）

＊講演内容＊

1. 健康寿命
2. 栄養素の働き
3. 食事バランスガイド
4. 脱水
5. 適正なアルコール量

★子供向けには少し内容を変えてお話します。

ポイント

健康に生きる為の
より良い食生活を知っていただくための
講話です。

6	おかずも食べよう！朝ごはん	
一般・子供	20～30分	**講師：林　美和** （管理栄養士）

＊講演内容＊

1. 朝食摂取と将来への影響
2. 朝食の実態
3. どんな朝食を食べればいいか

ポイント

朝食の影響で子どもたちの将来に
影響があるかもしれません。
より良い朝食習慣についての講話です。

7	認知症サポーター養成講座	
住民・学校・企業	60分	**キャラバンメイト**

＊講演内容＊

1．　認知症サポーターとは

2．　認知症の現状

・認知症の方がどんどん増えてきている

3．　認知症の症状

・認知症の方の気持ち

中核症状/行動・心理症状とその支援

認知症の診断・治療/認知症の予防の考え方

4．　認知症の方への対応

・認知症の方と接するときには

このような関わり方が大切/してはいけないこと/認知症の方と関わる時

認知症の人と接する時の心がまえ/プロも気を付ける７つのポイント

5．　役立つ情報／制度

6．　認知症サポーターにできること

ポイント

認知症の人や家族を温かく見守り、支援する認知症サポーターになり、認知症になっても安心して暮らせる町づくりを行いませんか。

8	終活について	
どなたでも	60分／45分	**講師：佐藤　舞** （終活アドバイザー）

＊講演内容＊

４５分 1. 終活とは？
2. 内容
お金/制度/葬儀
手続き/納骨/相続
3. 終活ノートの大切さ

６０分 1. 終活とは？
2. 終活ノートの実践
3. 内容
お金/住居/制度/葬式
手続き/生前贈与
相続/税金
4. 終活ノートの大切さ

ポイント

終活ってなんだか縁起悪い‥
と思われがちですが、誰もが通る道です。
一度聞けば印象が変わるかもしれません。
まず聞いてみようと思う方は45分。
しっかり聞きたい方は60分でどうでしょうか。

9	成年後見人制度	
どなたでも	30分	**講師：佐藤　舞** （終活アドバイザー）

＊講演内容＊

1. 成年後見人とは？
2. 法定後見と任意後見の違い
3. 後見人までの申請方法と流れ
4. 後見人制度内の区分と違い
5. 後見人制度の留意点
6. 後見事務の内容と留意点
7. 家族信託の事例

ポイント

なんとなく難しそうな聞きなれない制度ですが
今後の高齢化社会に役に立つ制度です。
最新の家族信託の制度の事例と一緒に
成年後見制度を説明いたします。

10	「身内のもしも」がくる前に	
どなたでも	25分	**講師：佐藤　舞** （終活アドバイザー）

＊講演内容＊

1. 備える気持ち
2. 準備しておくもの
3. 葬儀・納骨のポイント
4. 急ぐ手続き・その他の手続き
5. 手続きに必要なもの
6. 新しい制度
7. 独居のその後

ポイント

いつかは訪れる、大切な人の「もしも‥」
急に訪れると、何をしたらいいか、どうしたらいいか
わからないものです。
元気なうちから知っておきませんか。

11	社会人になるまえに知っておきたいこと	
中学生/高校生	15～20分	**講師：佐藤　舞** （介護福祉士）

＊講演内容＊

1. 社会保険と国民保険

・健康保険/年金/雇用保険/税金

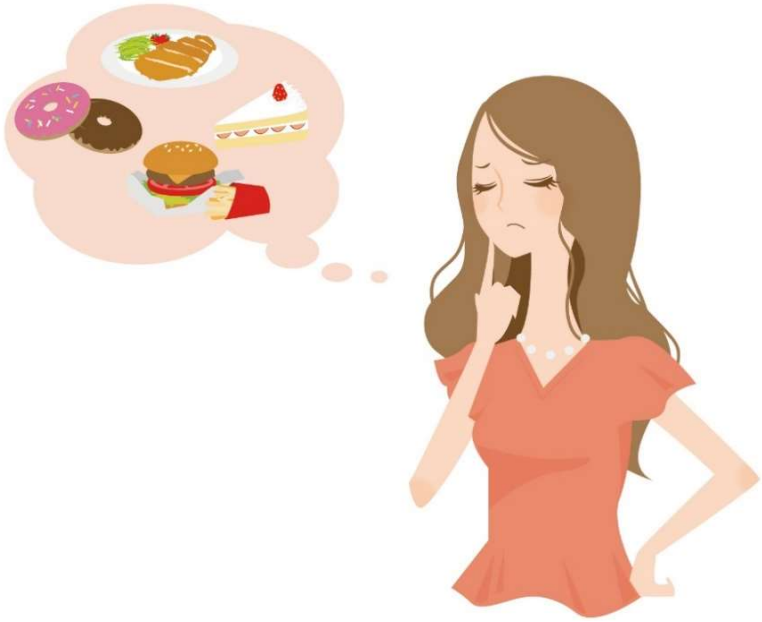
2. 両方の違い

3. 介護職１年目のおはなし

ポイント

介護職を目指している学生を応援します！
新卒１年目で困ることや、今から知っておいたら
いいことなど、経験した話を交えて
学生にお伝えします。

12	心と体の栄養バランス	
学生・一般	30～40分	**講師：安藤　萌絵** （管理栄養士）



＊講演内容＊

1. 栄養失調について
2. 過度なダイエットによる危険について
3. 日々の食生活のワンポイントアドバイス
4. 簡単節約レシピの紹介

ポイント

1人暮らしを始める学生や
偏った食生活になってしまいがちな方へ
バランスの良い食生活を送ってもらえる
コツをお伝えします。