

あわら ふくし塾

(令和7年度生活・介護支援サポーター養成講座)

全3日間

2/15 (日)

2/21 (土)

2/28 (土)

市内在住・在勤・在学の方は
どなたでも受講できます

参加費無料!



みんなで支え合う地域づくりに、あなたも参加しませんか?

この講座では、福祉や高齢者支援の基本、地域での見守りや助け合い、認知症や介護の理解、健康や栄養、コミュニケーションのコツなど、幅広い内容を楽しく学べます。

会場

いきいきテラスいちひめ (市姫荘)

あわら市市姫二丁目31-6

申込

電話・FAX・下記の二次元コードからお申し込み
いただくか、裏面の受講申込書をいきいき
テラスいちひめまでお持ちください。

あわら市社会福祉協議会

いきいきテラスいちひめ (市姫荘) 内

TEL: 0776-73-2253

FAX: 0776-73-4542

E-mail: seikatsu@awara-shakyo.or.jp



講座の 選び方

指定の講座を全て受講すると、生活・介護
支援サポーターに登録できます!

興味のある講座だけ受講しても OK!!

ふだんのくらしや地域のために役立つ知識が身につきます!

詳しくは裏面をご覧ください。

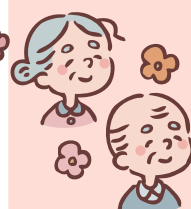
いきいきテラスいちひめ駐車場をご利用ください。
会場内での飲食は可能です。昼食は各自でご用意ください。

〈会場地図〉



生活・介護支援サポーターとは

定期的に (週に1回もしくは2回)
高齢者のご自宅にうかがい、1時間、
ゆっくりとお話し相手をします。



家族でもない、介護保険
サービスでもない、心地
よい関係性の中で気にか
けてくれる人…
それが「生活・介護支援
サポーター」です!

講座カリキュラム

1 日目
2/15 ④

開 場
9 : 30
開講式
10 : 00

2日目
2/21 (土)

開 場
9 : 30

3日目
2/28 (土)

開 場
9 : 30

1 ⌚ 10:15 ~ 11:45

ふくしとは
近きにありて“おこのう”もの
金城大学
教授 内 慶瑞 氏

2 ㉟ 13 : 00 ~ 14 : 00

介護保険制度・総合事業について
～あわら市の高齢者を支えるために～
あわら地域包括支援センター
社会福祉士 赤松 詩織 氏

4 ⌚ 10 : 00 ~ 10 : 50

知って役立つコミュニケーション講座
～好感をもたれる話し方・聞き方～
 一般社団法人福井県介護福祉士会
 介護福祉士 松ヶ平 朝菜 氏

6 ⌚ 13 : 00 ~ 14 : 30

笑って 笑って
ストレス解消・フレイル予防
仁愛大学
元非常勤講師 山村 恵子 氏

8 10:00 ~ 11:00

認知症になる前、なった後
～支援者の心を守るために～
菜の花こころのクリニック
理事長 高橋 伸徳 氏

10 ⌚ 13 : 00 ~ 14 : 30

ともに生きる地域づくりをめざして
～個人情報活用と保護の視点から考える～
福井県社会福祉協議会
事務局次長 杉本 吉弘 氏

3 ⌚ 14:10 ~ 15:10

**住み慣れた地域で暮らしていくために
～くらしの場での気づきと私にできることを考える～**
あわら市社会福祉協議会
地域支援係

5 ⌚ 11 : 00 ~ 11 : 50

みんなで支える介護
～一人で抱え込まないために～
一般社団法人福井県介護福祉士会
介護福祉士 松ヶ平 朝菜 氏

7 ⌚ 14 : 40 ~ 15 : 30

食べて元気に！
歳を重ねてもおいしく食べるための栄養講座
あわら市金津雲雀ヶ丘寮
管理栄養士 山元 双葉 氏

9 ⌚ 11 : 10 ~ 12 : 00

身近な消費者トラブルを防ぐために
～気づきと対応のポイント～
あわら市消費者センター
消費生活相談員 中嶋 恵美 氏

11 ⌚ 14 : 40 ~ 15 : 40

もしもの時のために
～身近な相続の話～
司法書士法人 GK
所長 / 司法書士 中尾 亨 氏

キリトリ線 ✂

受講申込書

[illegible]