

「ゆる～く備える親の介護講座」(無料) のご案内

福岡市では、高齢になっても、誰もが住み慣れた地域で自立した生活を安心して続けることができる「地域包括ケア」の取組みを進めています。

この取組みのひとつとして、働き世代の方を対象に、「仕事と介護の両立」と「親と自分自身の介護予防」について、企業・団体向け出張セミナー「ゆる～く備える親の介護講座」の開催と、どなたでもご覧いただけるよう、講座のダイジェスト版を動画配信いたします。



企業・団体向けセミナー 対面・オンライン(Zoom)コース

介護への不安や
悩みを、改善
しませんか?!

◆実施期間 2023年8月～2024年3月

◆対象 福岡市内の企業 ・主に40～50歳代が属する概ね20名以上の福岡市内の団体

◆セミナー内容

【第1部】 介護と上手に付き合うための4つの極意

【第2部】 今日からできる介護予防

◆講師 介護支援専門員・理学療法士・看護師等の医療・介護現場の専門職員

※ 対面又はオンライン(Zoom)で実施いたします

※ セミナーは2部構成で所要時間は90～120分です(時間をご相談に応じます)

※ 福岡市働く人の介護サポートセンターの出張相談会もセットで実施できます

※ 申し込み方法は裏面をご覧ください



個人での受講(動画配信) コース

親の介護に備えるために、
どんなことを知り、取り組
んでおけばいいのか、
わかりやすく動画で紹介
しています!

福岡市のホームページに掲載しているダイジェスト版講座の動画をご視聴ください。

◆公開期間 2023年7月20日(木)～2024年3月31日(日)

◆内容

【第1部】 介護と上手に付き合うための4つの極意 講師：看護師 猿渡 祐子氏

【第2部】 今日からできる介護予防 講師：作業療法士 黒木 勝仁氏

【スクワット解説動画】 効果的に行うポイントや注意点等 講師：理学療法士 緒方 剛氏

◆動画時間 それぞれ約10～20分程度

◆視聴方法 福岡市のホームページから視聴できます

※通信料は、受講者負担となります

※視聴後には、アンケートの回答にご協力ください

ホームページは
こちら



企業・団体向けセミナー 受講までの流れのご案内

1. 以下の(1)、(2)のいずれかの方法でお申し込みください。

(1)Email に下記①～⑦までの内容を記載し、送信してください。

①貴社(団体)名	
②所属部署等	
③ご担当者名	
④連絡先	TEL:
	FAX:
	Email
⑤開催希望時期	
⑥受講予定人数	
⑦その他(連絡方法の希望等)	

(2) Email でのお申し込みが難しい場合は、上記①～⑦までの内容を記入の上、FAX してください。

2. お申し込みをいただき次第、内容についての打ち合わせを行うため、事務局よりメール又はお電話をさせていただきます。

※連絡方法についてご希望があれば、⑦その他の欄にご記入ください

3. 打ち合わせ終了後、対面又はオンライン(Zoom)にて、講座を開催します。

4. 講座終了後、アンケートの記入・送信をお願いします。(アンケート URL は事前に送信いたします)

※お預かりした個人情報は、各種連絡・お問い合わせ対応・講座の運営業務に利用し、その他の目的では利用致しません

【申し込み・問い合わせ先】

ふくおか福祉サービス協会 介護支援課 長谷川、岩本、田中 宛

Email : kouzajimukyoku@fukuwel.or.jp

TEL : 092-731-0071 FAX : 092-731-5361

【主催】福岡市(福祉局 高齢社会部 地域包括ケア推進課)