

家族を介護している方へ

『介護の知恵袋』

お気軽にご参加ください

内容： 介護にまつわるお話

対象： 高齢者の介護をしている家族
(テーマに興味のある方も可)

場所： キックス、地域の公民館 等

参加費： 無料



内容例

認知症の知識や
関わり方

排泄介助

口腔ケア

介護施設や
高齢者施設

肩こり・腰痛
予防について
など

＼ お問い合わせは
各担当の地域包括支援センターへ

裏面をご確認ください

介護の知恵袋

介護にまつわる知識や技術、介護者の健康を維持していくための方法などについて学べる教室です。

《2024年度》 ご案内

日時	テーマ・場所	担当包括
5月28日(火) 13時30分～15時	『らくらく 紙おむつの選び方・使い方』 講師:白十字株式会社 排泄ケアアドバイザー 棚橋氏 場所:キックス3階 視聴覚室	東部 0721 - 52 - 0180
9月21日(土) 14時～15時30分	『難聴と認知症～聞こえ8030運動とはなかに～』 講師:須波クリニック 須波浩之医師 場所:キックス3階 視聴覚室	西部 0721 - 56 - 6600
7月18日(木) 14時～15時30分	『みんなにやさしい 介護食講座』 講師:NPO法人はみんぐ南河内/栄養ケア・ステーションからふる 管理栄養士 房 晴美氏 場所:三日市公民館 会議室2	中部 0721 - 55 - 3451

介護の知恵袋 ミニ

介護をされている方同士で楽しく交流し合う場です。

《2024年度》 ご案内

日付	テーマ・場所	担当包括
4月30日(火) 13時30分～15時30分	『介護者のためのウェルカムリース作り』 講師:なし 場所:老寿やすらぎ千代田公民館 1階相談室	西部 0721-56-6600
6月28日(金) 13時30分～15時	『災害の備え 今からできること<基礎編>』 講師:民間救急NPO PAS 角氏 場所:キックス 視聴覚室	東部 0721-52-0180
10月25日(金) 13時30分～16時	『理学療法士に学ぶ！ 腰痛から自分を守る介護術』 講師:河内長野市理学療法士会 場所:ノバティホール 多目的ホール	中部 0721-55-3451
11月16日(土) 13時30分～15時30分	『介護者のためのハーバリウム作り』 講師:なし 場所:高向公民館 2階会議室	西部 0721-56-6600
11月26日(火) 10時～11時30分	『忙しいあなたのための時短レシピ 冬ver.』 講師:キタバ薬局 管理栄養士 場所:キックス4階 食工房	東部 0721-52-0180
2月21日(金) 14時～15時30分	『介護者のあったか交流会』 司会:河内長野市中部地域包括支援センター 場所:コノミヤテラス(コノミヤ南花台2階)	中部 0721-55-3451