

～ 笑顔で介護を続けるために ～

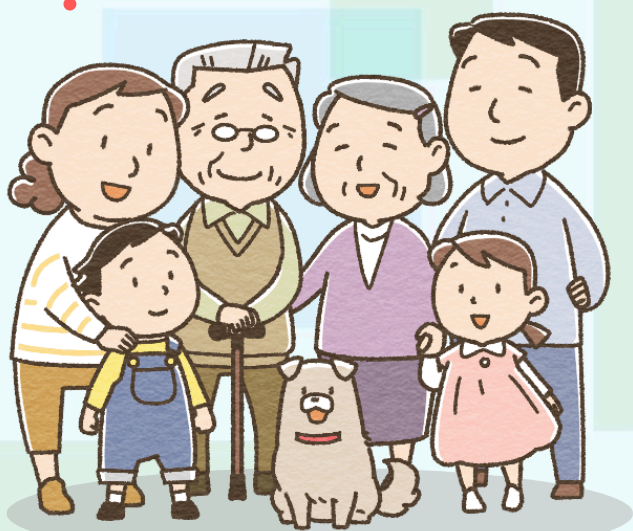


介護の 知恵袋



お気軽に
ご参加ください!

参加費無料



＊ 内容 ＊

- 家族介護にまつわる講座・講習会
- 介護にまつわる話

＊ 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



お問い合わせは各担当の**地域包括支援センター**へ

東部地域
包括支援センター
TEL. 0721-52-0180

中部地域
包括支援センター
TEL. 0721-55-3451

西部地域
包括支援センター
TEL. 0721-56-6600

裏面に詳しい内容を掲載しております!

令和8年度開催教室・交流会ご案内

二次元コード掲載の講座はスマートフォンよりお申込みができます！ぜひご利用ください。

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。

「長引く痛みに
医療者ができること」
「慢性疼痛との向き合い方」

2026年9月30日（水）
14:00～15:30

講師 パナソニック松下記念病院
緩和ケア内科 上野博司先生
一般財団法人
日本いたみ財団 相談員
場所 ノバティホール
(多目的ホール)



中部地域包括支援センター

こころのケア（仮）

2026年10月27日（火）
13:30～15:00

講師 公認心理師（仮）
場所 キックス
3階視聴覚室

東部地域包括支援センター

目の健康寿命を
延ばそう！

～アイフレイルのお話～

2026年11月28日（土）
14:00～15:30

講師 橋本眼科医院
橋本 茂樹先生
場所 キックス
3階視聴覚室



西部地域包括支援センター

介護の知恵袋三二

介護をされている方同士で楽しく交流し合う場です。

介護の悩み、
一人で抱え込まないで

2026年4月18日（土）
13:30～15:00

講師 高橋 成明氏
場所 盛松寺
(河内長野市
楠町西1211)



西部地域包括支援センター

転ばない体づくり
プロが直伝する正しい運動・
ストレッチ

2026年6月17日（水）
13:30～15:00

講師 希望や訪問看護ステーション
作業療法士 沖井氏
場所 キックス
3階中会議室AB

東部地域包括支援センター

健康は足から！
身体が喜ぶ
靴の選び方と履き方

2026年6月18日（木）
14:00～15:30

講師 笑足
和泉氏
場所 コノミヤテラス
(コノミヤ南花台2階)



中部地域包括支援センター

介護する人の、介護する人による、
介護する人のための技術講習
～Don't think.Feel.
考えず、体で感じる実技講座～

2026年10月29日（木）
14:00～15:30

講師 デイサービス喜仙
森氏
場所 ノバティホール
(多目的ホール)



中部地域包括支援センター

もしバナゲームで
考えよう！
人生会議のいろは

2026年10月31日（土）
13:30～15:00

講師 中山 英俊氏
場所 老寿やすらぎ
病院
1階あつぷるホール



西部地域包括支援センター

忙しいあなたのための
時短レシピ（仮）

2026年11月25日（水）
10:00～11:30

講師 キタバ薬局
管理栄養士
場所 キックス
4階食工房

東部地域包括支援センター