

# ケアする家族を支えたい! 共に学び、支え合う仲間づくり

介護をしている家族の大変さや  
地域での支援方法について学びます

介護をしている家族に、何かできることはないかとお考えの方、  
港区での活動にご興味のある方は、どなたでもご参加ください!

対象  
**20名**  
(先着順)

参加費  
**無料**

オンライン  
参加可

講座内容	第1回 <b>10/18</b> 月 13:30~16:30	<b>誰もが介護者になる時代!?</b> 多様化する介護の現状を理解します 講師: 涌井 智子
	第2回 <b>10/28</b> 木 13:30~16:30	<b>家族だからこそ!?!の介護の難しさ</b> 介護する側・される側のことを知ります 講師: 黒川 由紀子・涌井 智子
	第3回 <b>11/ 2</b> 火 13:30~16:30	<b>相手を傷つけない支援とは</b> 支援を受け入れてもらうコツ・地域で支える介護を考えます 講師: 涌井 智子
	第4回 <b>11/ 8</b> 月 13:30~16:30	<b>介護家族を支えるスキル</b> 傾聴の技術、活動継続のコツを学びます 講師: 山下 真里・多賀 努

※1 Zoomによるオンライン参加が可能です。Zoom参加ご希望の方は、10/15(金)に接続テストを予定しています。  
※2 緊急事態宣言等により会場が閉鎖された場合は、Zoomによるオンライン開催のみとなります。  
※3 全ての講座に参加された方に修了証を発行致します。

講師



**黒川 由紀子**  
黒川由紀子老年学研究所所長  
上智大学名誉教授



**山下 真里**  
東京都健康長寿医療センター研究所  
研究員



**多賀 努**  
東京都健康長寿医療センター研究所  
非常勤研究員



**涌井 智子**  
東京都健康長寿医療センター研究所  
研究員

会場

**介護予防総合センター(ラクっちゃ)2階 研修室1・2**

港区芝浦1丁目16番1号 みなとパーク芝浦

JR町駅東口(芝浦口) 徒歩5分、都営地下鉄三田駅A6出口 徒歩6分、ちいばす芝ルート及び芝浦港南ルート「みなとパーク芝浦」徒歩0分

申込方法

【方法1】QRコードを読み取り必要事項を入力してください。

【方法2】みなとコールまでお電話ください。みなとコール: 03-5472-3710(AM9:00~PM5:00)

「介護家族サポーター養成講座の申し込み」とお伝えください。

後日、東京都健康長寿医療センター研究所の担当者からご連絡いたします。



**申込期間: 9月21日(火) PM3:00 ~ 10月13日(水) PM5:00**

