



令和6年度版

ふれあい出前講座

セールスポイント



- ◎講師の手配や準備は社協スタッフにおまかせください。
- ◎自治会、老人クラブ、子ども会と共催することで、住民の福祉への関心を高めることができます。また、企業の社内研修にもご利用ください。

利用の流れ

まずは社協までお気軽にご相談ください

「活用したいが、どの講座にしようか？」迷っている場合でも遠慮なくご相談ください。講座の内容や時間配分などご説明します。記載プログラム以外についての相談にも応じます。

講座の検討・決定

ご希望の講座をお聞かせください。講座は組み合わせや時間の調整が可能です。

日程調整、会場の確保をお願いいたします

講座が決まりましたら、開催日程をお知らせください。
会場の確保と、会員・住民の方への呼びかけをお願いいたします。
社協は、チラシづくりのお手伝いもできます。

お問い合わせはこちら



南足柄市社会福祉協議会 地域福祉班

住所 南足柄市関本403-2 りんどう会館1階

電話 72-2299 Fax 74-3276

E-mail minamivc@muse.ocn.ne.jp

HP <http://www.minamisyakyo.or.jp/>



福祉・介護予防

福祉用具のいろは



講師：前田介護相談所



所要時間：1時間

「急に転んでしまった」「家族の介護が必要になった」「車いすはどうやって借りるの?」「住宅に手すりをつけたいけれどどうすればいい?」・・・福祉用具の使い方や、福祉用具を使うために必要な条件について、福祉用具のプロがお応えします!
※福祉用具を持参・展示することもできます。

※開催は平日のみ。休日は応相談。

認知症を正しく理解しよう

講師：地域包括支援センターなど



所要時間：1時間～

今更だけど、認知症ってどんな病気なの? 認知症の方にどの様に対応するの? そんな不安に専門職がお答えします。



知っとく! 納とく! 備えとく!?

講師：介護のチカラで
南足柄を一番にする会 NEXT10

所要時間：1時間～1時間半

※内容や時間をご相談ください。
知っておきたい、備えておきたい情報をお伝えします。講義だけでなく実技と併せて紹介!ご希望に沿った内容を作ることも可能です。

【プログラム】

- ①認知症の方と接するときを知っておきたいこと
- ②レクリエーションで学ぶ! 転倒予防
- ③やさしい介護術 ～寄り添う気持ちで～

NEXT10 とは!?

ネクストデン

介護の現場で働く専門職員が集まり、“南足柄の介護のチカラ”向上を目指し、定期的に勉強会を企画開催。多くの介護職員が参加しています。



リハビリ室で働く言語聴覚士から学ぶ

講師：船橋庄司さん(言語聴覚士)

※曜日や時間をご相談ください。

※申込みは開催日の2週間前まで



- ①言葉を失うって、
どういうこと?
～失語症について学ぶ

見た目ではわからないからこそ、周囲の理解が必要な失語症。講座では当事者の方を招いて、言葉を失う事に向き合う生き方を語っていただきます。



- ②難聴について
～誰もが感じる“聞こえづらさ”

耳が遠くなって、会話についていけない…地域の集まりがおっくう…そんな経験はありませんか。年を重ねると感じる「聞こえづらさ」を学びます。聞こえづらいのかな?と思う人にも、伝えてほしい内容です。

- ③嚥下障害って何?
～口から食べる、大切さ

飲み込む力が弱くなっていくのはなぜ?年齢に合わせた食事を楽しむためにはどうしたらいいの?毎日のお口の体操をがんばりたくなる、講座です。

所要時間：それぞれ1時間半程度

介護保険活用法

講師：市高齢介護課など

所要時間：1時間～

介護保険って、どんな手続きをすればいい?どんなサービスがあるの?福祉施設ってどこにどんな種類の施設があるの?など 介護保険の手続きや利用方法、サービスの内容について分りやすく学びます。

ろう者を知ろう!

講師：手話サークル ひまわり

所要時間：2時間

ろう者(聴覚障害者)の生活や困っていることについて理解を深め、あいさつなど基本的な手話表現を学びましょう。
※申込みは開催日の2か月前まで



体験しよう！

らくらく

楽楽！健康料理教室！



所要時間：2時間～3時間

講師：南足柄市食育ボランティア ぱせりの会

包丁の持ち方、食材の切り方、アクの取り方などの料理の基本と栄養について、調理実習を通して学びます。
台所に立ったことが無い方でも楽しく、楽にできるコツを知り、これからの人生を豊かにしましょう！

メニュー例：主菜（魚・肉・卵・大豆製品）
副菜（おひたし等）の2品
ごはん、味噌汁、デザートなど

※材料費として1人あたり700円程度
ご負担いただきます。

※申込みは開催日の2か月前まで



ニュースポーツを体験しよう！

講師：スポーツ推進委員など

所要時間：1時間半～2時間

老若男女問わず体が不自由な方も一緒に楽しめるスポーツです！
身体を動かしてリフレッシュしませんか。

①モルック

数字が書かれた木の棒を倒し、合計得点50点になるように争います！盛り上がること間違いなし！

②ポッチャ

目標ボールに赤・青それぞれのボールをいかに近づけるかを競うゲームです。投げても転がしても蹴ってもOK！

③カーレット

卓上で手軽に出来るカーリングです。ストーンを交互に投げ、円の中心に近い方が勝利するゲームです！

※他にもベタンクや輪投げ等あります。開催日時はこちらでご相談の上決定します。



「知らなかった！」を発見～歴史散策と健康づくり～

講師：観光ボランティアガイドの会

② リクエストガイド～私の地域を知ろう～

① 出前 南足柄観光ガイド

所要時間：30分～1時間半

市内の思い出の場所、季節を感じる風景が室内で楽しめます。

料金：1コース(30分) 500円
3コースまで選択可能



私たちの身近なところに知られざる歴史は眠っています。そんな地域の歴史に触れながら、ウォーキングを楽しんでみませんか？

料金：20名まで 1,000円
30名まで 1,500円

※31名～10名毎に500円

やさしいスマホ教室

講師：社会福祉協議会など

所要時間：1時間～1時間半

電話やメールの送り方から、ラインの使い方まで、はじめてスマホに触る方向けのスマホ教室です。
できるようになるまでゆっくりとお伝えします。

※個別対応のため、人数制限があります。



昔あそびを伝える

講師：トンボの会

所要時間：2時間

竹とんぼ、ぶんぶんゴマ、ミニ門松、凧等の作り方をわかりやすく教えていただきます。

地域で世代間交流を行うきっかけに、学んでみませんか？

地域で講座を開く際は、講師のサポートも依頼できます。

※材料費をご負担ください。



記載プログラム以外についてのご相談にも応じます。
お気軽にお問合せください。

聞いてみたい！

私たちの地域の歴史を知ろう！

講師：足柄の歴史再発見クラブ

所要時間：1時間～1時間半

富士山噴火と酒匂川の
氾濫の歴史から、地形や
過去の災害、その地にまつわる
文化を紐解きます。改めて、いま私たちが
暮らしているまちを見つめてみませんか。



※申込みは開催日の2か月前まで

消費生活講座

講師：消費生活相談員

所要時間：1時間から可。応相談

高齢者からの相談が多い消費者被害の事例
紹介や、契約する際の注意点、クーリング
オフの方法等、知っておきたい消費生活の
知識について、分かりやすくお話しします。

※開催は平日のみ。

※申込みは開催日の2か月前まで

終活講座

講師：社会福祉協議会

所要時間：1時間

知りたい内容を分かりやすくお話しします。
今後の過ごし方を考えるきっかけづくりに
しませんか。講座内容の組み合わせ等柔軟に
対応できます。

- 例) ①エンディングノート書き方講座
②介護保険制度について
③成年後見制度について
④日常生活自立支援事業 等



防災プログラム

避難者生活支援講習



講師：日本赤十字社神奈川県支部指導員

身近にあるいろいろな物を使って、災害時
に役立つ高齢者への支援方法を学びます。
ほんの少しのお湯でできるホットタオルや
足湯の活用法、毛布1枚で寒さを防ぐガウン
作りや、レクリエーション技術を学びます。

所要時間：1時間半～

その他のプログラムも豊富にご用意！

- 例) ①赤十字救急法 } けがの手当て、
②幼児安全法 } 心肺蘇生法など



防災講話

～減災のまちづくりに向けたバトンリレー～

講師：小田原市消防職員協議会

所要時間：2時間

現役消防士の方たちの指導のもと、防災講
話（地震、役に立つ防災の基礎知識）、
救護法の技術（止血法・包帯法、搬送法、
心肺蘇生法）を学びます。質の高い指導を受
けてみませんか。



NEW! 防災を考えよう！

講師：市防災安全課

所要時間：1時間

昨今発生している自然災害か
ら、いざという時に慌てず行動
できる備えを学びましょう！
新しくなったハザードマップも
利用します。



※申込みは開催日の2か月前まで