

ご家族の介護をしている方、介護に関心のある方等へ

# 高齢者家族介護教室

のご案内

「家庭での介護の方法に自信がない」「介護に関する新しい情報が知りたい」

「介護をしている人どうし悩みを話したい」「介護を受けず、いつまでも元気でいたい」・・・介護に関する様々なご要望にお応えするため、江東区では、年間

108回の教室を開催しています。ぜひご利用ください！

5月の予定



ご利用にあたって

申込は各施設へ電話で  
参加費は無料です  
会場の詳細は裏面です

日時	テーマ・内容	講師・担当者	実施施設	電話番号
5月7日(土) 14:00~15:30	無理なく簡単にできる 筋力トレーニング	機能訓練指導員	大島 高齢者在宅サービスセンター	(3638) 4511
5月14日(土) 14:00~15:30	転倒予防のための体操と 歩行のポイント	リハビリ担当者	らん花園 高齢者在宅サービスセンター	(5617) 6060
5月14日(土) 14:00~15:30	安全・安楽に行う衣類の着 脱と身体介護	介護福祉士	あそか園 高齢者在宅サービスセンター	(3632) 3615
5月21日(土) 13:30~15:00	腰痛のメカニズムと 自宅で出来る腰痛予防体操	機能訓練指導員	東雲芳香苑 高齢者在宅サービスセンター	(3527) 7166
5月21日(土) 14:00~15:30	高齢者に必要な栄養と 食べやすい食事	管理栄養士	北砂ホーム 高齢者在宅サービスセンター	(5606) 1731
5月21日(土) 13:30~15:00	だれでもできる 健康維持のための体操	理学療法士	三井陽光苑 高齢者在宅サービスセンター	(5653) 1732
5月24日(火) 14:00~15:30	車椅子等を用いた移動介助 の方法と注意点	介護福祉士	江東ホーム 高齢者在宅サービスセンター	(3647) 5081
5月26日(木) 13:30~15:00	自宅でもできる 介護予防体操	機能訓練指導員	深川愛の園 高齢者在宅サービスセンター	(3641) 1962
5月28日(土) 13:30~15:00	入浴介助の コツと注意点	介護職員	南砂 高齢者在宅サービスセンター	(3615) 1081

高齢者家族介護教室は、江東区が高齢者在宅サービスセンター等に委託して実施する事業です

問い合わせ先：江東区役所高齢者支援課地域福祉係 (3647)9468

# 高齢者家族介護教室実施施設一覧

高齢者家族介護教室は、下記の各施設で実施しています。

施設名	所在地	電話番号	実施月
白河高齢者在宅サビ`センター	白河 3-4-3-201	(3630)6591	偶数月
深川愛の園高齢者在宅サビ`センター	冬木 16-7	(3641)1962	奇数月
古石場高齢者在宅サビ`センター	古石場 2-14-1-101	(3641)2671	偶数月
あそか園高齢者在宅サビ`センター	住吉 1-17-11	(3632)3615	奇数月
らん花園高齢者在宅サビ`センター	塩浜 2-7-2	(5617)6060	奇数月
枝川高齢者在宅サビ`センター	枝川 1-8-15-101	(5632)2277	偶数月
東雲芳香苑高齢者在宅サビ`センター	東雲 2-2-29	(3527)7166	奇数月
江東ホーム高齢者在宅サビ`センター	東陽 2-1-2	(3647)5081	奇数月
東陽高齢者在宅サビ`センター	東陽 6-2-17-3F	(5606)8861	偶数月
亀戸高齢者在宅サビ`センター	亀戸 4-21-13	(5626)0130	偶数月
大島高齢者在宅サビ`センター	大島 6-14-4-103	(3638)4511	奇数月
コスモス高齢者在宅サビ`センター	大島 9-6-16	(5836)1555	偶数月
寿園高齢者在宅サビ`センター	北砂 2-1-16	(3615)4850	偶数月
南砂高齢者在宅サビ`センター	南砂 2-3-5-102	(3615)1081	奇数月
三井陽光苑高齢者在宅サビ`センター	新砂 3-3-37	(5653)1732	奇数月
北砂ホーム高齢者在宅サビ`センター	北砂 6-20-30	(5606)1731	奇数月
あじさい高齢者在宅サビ`センター	東砂 4-20-15	(5857)8231	偶数月
特別養護老人ホーム塩浜ホーム	塩浜 2-7-17	(5683)5571	偶数月

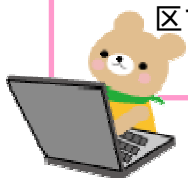
## 家族介護ひとくちメモ

### 自然災害と日ごろの備えについて

3月11日の震災で被害に遭われた全ての方に、謹んでお見舞い申し上げます。  
この震災を機に、室内の安全対策、物資の備蓄等はもちろんのこと、助け合える  
“人”とのつながりの大切さを強く感じられたのではないのでしょうか。  
地域での見守り・支え合いについてあらためて考え、具体的に行動しませんか。

区では「高齢者地域見守り支援事業」をはじめ、各種見守り関連事業等を行っています。

区報、ホームページをご覧ください。高齢者支援課地域福祉係にお問い合わせください。



毎月11日号の「こうとう区報」及び区のホームページでも教室の日程をご案内しています