

介護のストレス講座

＜地域ボランティア活動に＞

療養者・介護者のストレスと対応について学びませんか

会場:札幌エルプラザ 4階 <大研修室 A> 午後 1:15～15:15

1月21日

定員:24名 参加費(資料費):800円

<火曜日> <ボランティア登録などはありません>

介護におけるメンタルヘルス:

療養者ならびに家族介護者の介護における外部環境と内部環境の要因を考察し日常生活の相互の身体的・精神的関係を“こころの健康”として相互の生活バランスがとれている状態と考えます。



関連講座・介護者の集い

・認知症サポーター養成講座

1月21日午前 10:15～12:15分 参加費:無料札幌エルプラザ 4階 大研修室 A

・傾聴基礎講座 <後援:札幌市>

1月20日 午後 13:15～15:15分 参加費(資料費):800円札幌エルプラザ 4階 研修室 1

・家族介護者の集い <後援:札幌市>

1月28日 午後 13:15～15:15分 参加費(資料費):800円札幌エルプラザ 4階 大研修室 A



【主催】 特定非営利活動法人札幌市家族介護者支援の会

講師:大西英彦 <公益>日本心理学会認定心理士 ID-56250

〒005-0003 札幌市南区澄川3条1丁目9-23

【電話申し込み・録音】 011-826-3133 【FAX 申し込み】011-831-3363

【メール申し込み】 sp328dr9@water.ocn.ne.jp (お名前とご連絡先を明記してください)

後援:札幌市

Fax送信票 (参加申込用紙)

切り取らずに送信してください。

Fax: 011-831-3363

氏名(フリガナ)※

電話番号※

住所

お申し込み講座にチェックをしてください。

- 傾聴基礎講座 介護ストレス講座 認知症サポーター養成講座 家族介護者の集い

※お名前・電話番号は必ずご記入ください。

●傾聴基礎講座 (参加費:800円)

高齢化が進むなか地域で安心して暮らせる街づくりの社会資源として地域活動へ傾聴ボランティアの養成を目的としています。

傾聴とコミュニケーションについての基本事項を学んで頂きます。

○コミュニケーション=言葉だけでなく表情・視線・タッチングも傾聴。

○療養者への5W1H(いつ・どこで・・・等)について・パラ言語について

●介護ストレス講座 (参加費:800円)

療養者ならびに家族介護者の介護における外部環境と内部環境の要因を考察し日常生活の相互の身体的・精神的関係を“こころの健康”として相互の生活バランスがとれている状態と考えます。

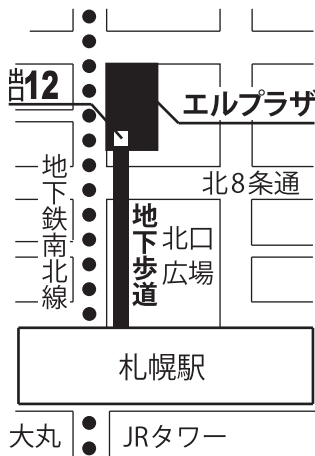
●認知症サポーター養成講座 (参加費:無料)

「認知症サポーター養成講座」で認知症について学び、正しい知識を持って認知症の方やその家族を地域や職場で見守り・支える人<サポーター>を札幌市では、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりのために養成しています。

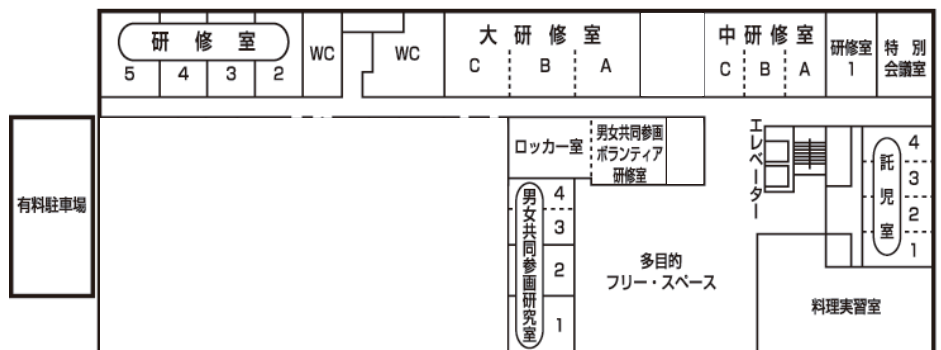
●家族介護者の集い (参加費:無料)

介護をしている仲間がいます。介護についてお話しませんか。

※各講座・集い会場: 札幌エルプラザ になります。



エルプラザ案内図



エルプラザ4Fフロアマップ