

高松市社会福祉協議会 福祉出前講座メニュー(R7.2.28変更)

	No.	メニュー	講座内容
社協	1	高松市社会福祉協議会について ・各種事業について	高松市社会福祉協議会をもっと身近に感じてもらえるよう分かりやすく説明します。
介護保険	2	介護保険について ・制度とサービス	介護が必要になったときのために制度やサービス内容などについて分かりやすく説明します。
	3	介護保険外の福祉サービスについて ・高松市・社協が提供している介護保険外のサービス	介護保険外の生活を支える在宅福祉サービスについて紹介します。
	4	介護離職を防ぐために ・働く世代に向けて	家族の介護が必要になっても仕事を続けられるよう、家族が元気なうちから知っておきましょう。
健康	5	いつまでも元気であるために ・講話と簡単な体操等	いくつになっても元気でいられるためのポイントと、また自宅でする簡単な体操を行います。
	6	お口の健康 ・口腔ケア	健康や認知症予防に欠かせない嚥下体操などを一緒に行います。
暮らし	7	合理的配慮について ・社会的バリアへの対応	障害のある人もない人も、互いにその人らしさを認め合いながら共に生きる社会(共生社会)を実現するため、「障害者差別解消法」が定められています。2024年から事業者による障害のある人への「合理的配慮の提供」が義務化されました。合理的配慮とは具体的にどのようなものなのか、障害のある人に対応する際、どのような点に注意すればいいのかを一緒に考えます。
	8	助け合い体験ゲーム ・カードゲーム(1グループ5人程度)※人数応相談 ・ご近所での助け合いを考える	ふだんの暮らしの中でちょっとした困りごとや、自分がお手伝いできることについて、カードゲームを使って、ご近所の助け合いを楽しみながら体験します。
	9	権利擁護について ・判断能力が不十分な方を支える制度(成年後見制度、日常生活自立支援事業)	判断能力が不十分な方を支える為の成年後見制度や日常生活自立支援事業について説明します。
	10	マネープランゲーム ・カードゲーム(1グループ5人程度)※人数応相談 ・自分の価値観を振り返る	楽しくお金のやりくりを体験するゲームです。社会人1年目の設定で、1か月の生活費のやりくりを体験します。 ※このゲームは小学生高学年～高校生程度を対象に作られています。
	11	家計のやりくり ・家計の「見える化」	毎月なぜか家計が赤字になってしまうのはどうして？毎月家計が自転車操業、どうしたらいいんだろう？ 新社会人やご家族と一緒に暮らしている方、これから一人暮らしをしたいと思っているけど、お金の話ってちょっと聞きにくい、話しにくい…そんなことはありませんか。 まずは「自身の家計を知る」ことから始めてみましょう。
	12	ライフプランノート(エンディングノート) ・終活に向けて	自分の人生を最後まで自分らしく歩むために、ライフプランノート(エンディングノート)を用い必要なことを整理します。
災害	13	災害とは ・災害の種類、被害等	災害の種類や想定される被害等について説明します。
	14	災害に備えて ・災害備蓄、平時の準備、地域のつながり、避難所等	被災地支援を通して気付いた備えのポイントをお伝えします。
	15	災害ボランティアについて ・ボランティアセンター、ボランティア活動等	災害ボランティアセンターの役割、ボランティア活動の心得等をお伝えします。
認知症	16	今日から始めよう！認知症予防 ・認知症になるリスクを減らす	今日から実践できる認知症予防の方法をお伝えします。
	17	認知症の方への接し方 ・認知症の理解、私たちにできること	認知症の方が安心できる関わり方をお伝えします。
	18	認知症サポーター養成講座 ・講座時間：90分	認知症を正しく理解し、認知症になっても地域で安心して暮らしていけるよう、自分たちにできることを一緒に考えましょう。
優しさ体験	19	車いす体験	歩きなれた場所を車いすを使って自分で移動することでの気づきや介助の仕方を体験します。
	20	高齢者疑似体験	見えにくい、聞こえにくい、動きにくいとどんな感じがするのかを体験します。
	21	アイマスク体験	アイマスクを着けて手引きを受けて歩いたり、自分の名前を書いたりなどを体験します。
	22	コミュニケーション体験 ・障がい者や高齢者に対する理解を深める ・他者を配慮する心の醸成	声を出さずにコミュニケーションをとる方法を体験します。

※メニューに無い内容についても、お気軽にご相談ください。