

介護系コース

●オンライン講座

講座番号	講座名	時間	内容
17	2024年7月リニューアル ●介護準備学（お金）コース 介護のパターンと心構え、 大事なものを守るためのお金の話	45分×4	<ul style="list-style-type: none"> ・数字で見る介護の現状 ・介護のパターンとコミュニケーションの重要性 ・在宅で利用できる主な介護保険サービスと費用 ・主な介護施設、老人ホームと費用 ・数字で見る介護費用についての意識 ・親のお金の守り方 5 選 ・介護費用の準備方法 7 選 ・介護費用を軽減する各種制度
18	2024年7月リニューアル ●介護準備学（ストレス）コース 介護ストレスを溜めないための心構えと 制度の活用	45分×4	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスを溜めないための心構え ・介護の相談窓口とパートナー探し ・制度を賢く使いこなそう ・専門家との付き合いで起きるトラブル ・認知症介護のストレスを減らすために
19	2024年7月リニューアル ●介護準備学（相続）コース 今から考えておきたい「介護とその後」への 備え相続に向けた準備学	90分	<ul style="list-style-type: none"> ・相続とは ・介護が原因で争続に ・介護をした人の新しい権利 ・争いを防ぐ財産管理と後見解約 ・遺言について ・相続の手続き
20	●介護予防コース 健康寿命を延ばす介護・健康教室	90分	<ul style="list-style-type: none"> ・健康寿命を延ばす介護予防 ・知っておきたい介護の知識 ・介護が必要となった時の対応
21	●認知症介護コース 認知症フレンドリー講座	90分	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症のイメージとは ・ミニムービー（前半） ・数字で把握してみよう ・認知症の定義 ・認知症の病理について ・認知症に備える ・本人と向き合う ・withコロナ時代の認知症と介護 ・ミニムービー（後半）
22	2024年8月リリース ●介護準備学（介護と仕事の両立）コース 貴方の大切な人生のための介護と仕事の両立	45分×4	<ul style="list-style-type: none"> ・データで見る介護の現状 ・介護についての思い ・公的制度和職場の両立支援制度・総合事業 ・介護保険の概要 ・両立支援制度の狙いと条件 ・両立支援制度のポイント ・最初に知っておきたいこと ・両立支援制度を使う上での注意点 ・こんな状況、あなたならどうする？

●自宅学習 テキストを使って自宅でいつでも学習

23	自宅学習セット	テキストのみ	今こそ「健康寿命を延ばす介護」＝「介護予防」を学ぶ時 「寝たきりを作らない」が介護の基本 <ul style="list-style-type: none"> ・寝たきりや認知症を作らないための介護とは ・介護負担を軽減するために
----	---------	--------	---

- ◆さらにテキストのポイントをまとめた解説書や、お住まいの市区町村の「保健福祉サービス情報」を同封。
- ◆市区町村の保健福祉サービスでは介護や健康についての相談・質問をお電話やFAXでご確認いただけます。
案内が必要な場合は介護が必要な方の住所を市区町村までご記入ください。