



介護実習講座

令和8年度
秋開催
7月発行

大阪市社会福祉研修・情報センターでは、市民の皆様を対象とした家庭介護の講座を開催しています。ご家庭で介護しておられる方、介護に関心のある方、お気軽にお申し込みください。

1. 入門コース（各クラス 定員 先着20人）

初めて介護をされる方に、家庭での介護の知識や技術を体験いただき、介護への関心や理解を深めるコースです。

クラス名	開催日	開催時間
土曜日クラス (3日間)	9月12日 9月19日 9月26日	14:00 ~ 16:00
木曜日クラス (3日間)	10月 1日 10月 8日 10月22日	10:00 ~ 12:00

- ◇内 容 1日目：介護保険制度の説明・ベッドでの体位変換・車いすの使い方
2日目：高齢者の心と身体の変化・高齢者の食生活と口腔ケア・
口腔体操・着脱介助
3日目：認知症の理解・足浴の方法・清潔保持（ベッドでの洗髪）
- ◇受講対象 大阪市内に在住・在勤・在学の方で、高齢者の介護に関心があり、
指定された日程を休まず受講できる方。
**※介護職の方および今までにこの講座を修了された方はお申し込み
いただけません。**
- ◇参加費 500円（資料代） 受講初日に現金で申し受けます。
- ◇場 所 大阪市社会福祉研修・情報センター4階 介護実習室

*人気があり、すぐに定員になることが多い講座です。
申し込み状況を電話で確認いただいて申し込みされることをお勧めします。
*実技演習については、感染対策等により、見学での参加も可能です。
マスク着用のご協力をよろしくお願いいたします。

2. ステップアップ（応用）テーマ別コース

（各テーマ 定員 先着20人）

入門コースを修了された方がテーマごとに介護の知識・技術を深めるためのコースです。受講するテーマは複数選択できます。

テーマ NO	日 時	テーマ	内 容
1	11月 7日（土） 13:00～16:00	応急手当 AED の使用方法	家庭での応急手当。 心肺蘇生に関する実習。
2	11月11日（水） 13:00～16:00	移 動 ① 移乗	もっとも負担の大きいベッドから車椅子への 移乗を「持ち上げない」介護技術でらくらく！
3	11月14日（土） 13:00～16:00	移 動 ② ベッド上の介助 (ポジショニング含む)	ベッド上での体重差があっても「持ち上げない」 ができる介護技術。 目からウロコの褥瘡・拘縮予防のポイント。
4	11月18日（水） 13:00～16:00	移 動 ③ 車いす操作・歩行 (シーティング含む)	通院・買い物・踏切など屋外での悪路走行に ポイントをおいた実習。
5	11月21日（土） 13:00～16:00	食事介助 自助具の使い方	美味しく食べれば、誤嚥は予防できる！ 食べる時の姿勢や適切な食べ物の固さ、 食べ物を認識し、飲み込むまでの基礎知識を学ぶ。
6	11月25日（水） 13:00～16:00	排 泄 着脱介助 (衣服交換)	尿もれしにくいオムツ交換を理論で学ぶ。 衣服交換の実習。
7	11月28日（土） 13:00～16:00	口腔ケア	歯科衛生士による歯磨き法と口の体操。

- ◇受講対象 入門コースを修了されて、かつ大阪市内に在住・在勤・在学の方
◇参加費 1テーマ 100円（資料代） 受講当日に現金で申し受けます。
◇場 所 大阪市社会福祉研修・情報センター4階 介護実習室または会議室

大阪市福祉人材養成連絡協議会 メールマガジン『ウェルふるネット』のご案内

社会福祉に関する研修・講座、またイベント等のさまざまな情報を発信しています。

<http://www.welful.net/>

※毎月配信していますので、ぜひご登録をお願いします。



【申し込み方法】

◇ハガキまたはFAXで、下記の必要事項を記入して、お申し込みください。

◇電話、ホームページの場合は裏面の案内まで。

(必要事項)

- ①介護講座名 : 入門コース または ステップアップテーマ別コース
- ②入門コース : 希望するクラス名
テーマ別コース : 希望するテーマ名
【テーマ別をお申し込みの場合、入門コースの修了年月(〇〇年〇月)と記入】
- ③名前(ふりがな)
- ④郵便番号・住所
- ⑤年齢
- ⑥電話番号
- ⑦介護経験の有無(有の人は年数も記入)
- ⑧大阪市在住ではなく市内に在勤・在学の場合、勤務先または学校名と所在地

～個人情報の取り扱いについて～

提供していただきました個人情報につきましては、名簿の作成・資料の送付等研修事業の運営と賠償責任保険加入(名前・年齢を保険会社に提出)のためにのみ使用し、他の目的で使用したり、第三者へ提供したりすることはありません。

◇受講決定 : 先着順。開講日の約1週間前に受講証をお送りします。

通知が届かない場合は、講座開始3日前までにお問い合わせください。

◇その他 : 車いす使用の方、手話通訳、拡大文字資料等必要な方は、申込時にその旨をご記入ください。

※介護職に就いておられる方のスキルアップをはかる講座ではありません。

大阪市社会福祉研修・情報センターのX(旧Twitter)について

あなたの「学びたい」や「知りたい」のヒントになる講座やイベントのお知らせ、センターでの出来事など情報を発信しています。

※センターのホームページ (<https://www.wel-osaka.com>)
または二次元バーコードからご覧いただけます。



★ 基本的にフォローは行いませんのでご了承ください。

申し込み・問い合わせ先



大阪市社会福祉研修・情報センター 企画研修担当
〒557-0024 大阪市西成区出城 2-5-20

TEL : 06-4392-8201 FAX : 06-4392-8272
H P : <https://www.wel-osaka.com>

【研修・講座案内】の「市民参加研修」からお申し込みできます。

★ スマホの方はこちら→



【交通のご案内】



- JR環状線・大和路線「今宮」駅（西出口）から徒歩約10分
- 大阪メトロ四つ橋線「花園町」駅（①②出口）から徒歩約15分
- 大阪メトロ御堂筋線・四つ橋線「大国町」駅（⑤出口）から徒歩約15分
- 大阪シティバス52系統（なんば～あべの橋）「長橋二丁目」バス停すぐ
- 大阪シティバス80系統（鶴町四丁目～あべの橋）「中開三丁目」バス停から徒歩約5分

