



短時間で学べる 赤十字健康生活支援講習



短い時間で、高齢者を健やかに生きるために必要な健康増進の知識や高齢者の支援・自立に向けた役立つ介護技術を学ぶことができます。

受講対象や目的に応じて講習内容を以下のプログラムから自由に組み合わせることができます。お気軽にご相談ください。

短時間プログラム例（時間は目安です。）

1. 高齢期の理解

高齢者の身体機能の低下、心理状態を理解し、事故予防や支援方法について学びます。



30分コース

①（講義・実技）

特別な装具を装着することで、加齢による身体的な変化を疑似的な体験



高齢者疑似体験



60分コース

②（講義・実技）

①を日常生活で体験

加齢による身体的変化・心理状態の理解・事故予防や支援



90分コース

③（講義・実技）

②に加え、杖や車椅子の介助方法



2. 災害時高齢者生活支援

災害によって被災した高齢者を支えるための生活支援を学びます。



30分コース

①（講義）

災害の備え



60分コース

②（講義・実技）

①に加え、災害時に役立つ技術



90分コース

③（講義・実技）

②に加え、災害時の炊き出し、リラクゼーション



3. 認知症高齢者への対応

認知症の予防と早期発見、認知症高齢者への対応を学びます。

30分コース

- ①（講義）
認知症の基礎知識
予防と早期発見



60分コース

- ②（講義）
①に加え、認知症高齢者への対応



90分コース

- ③（講義）
②に加え、認知症高齢者と
家族への支援



4. 高齢者の健康管理と病気・事故の対応

いきいきとした高齢期を過ごすために心掛けたいことや急病・事故の対応

30分～60分コース

- ①（講義・実技）
日常生活で心掛けたいこと



ロコモ予防

30分～60分コース

- ②（講義・実技）
脳梗塞や心臓病などの急病、
やけどや窒息時の対応など



さまざまなご要望に応えます



学校で、福祉体験教育に



企業や介護施設などで高齢者への
接し方、支援方法を学ぶ社員教育で



地域交流やイベントで
高齢者が過ごしやすい
地域づくりのために

お申込み・お問合せ先

日本赤十字社福岡県支部 事業課 講習普及係
☎815-8503 福岡市南区大楠 3丁目 1-1
TEL 092-523-1172（平日9時～17時30分）
FAX 092-521-2552
E-mail koushuu@fukuoka.jrc.or.jp

詳しくは、ホームページで。



日赤福岡 講習

