

健康生活支援講習

日本赤十字社大阪府支部
令和6年4月1日現在

※事前に電話（06-6943-0709）で日程調整をお願いします。

短期講習 コース一覧

コースNo	コース名	講習時間	講習内容		費用	その他
1	健康増進・体操コース 健康寿命を延ばしましょう！ ～寝たきりを防ぐために 必要な知識～	60分	講義	(1) 健やかな高齢期を迎えるために (2) 高齢期に起こりやすい病気や 事故の予防 (3) 体操	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員派遣費 3,000円/指導員1人 ・教材費 【①②のいずれかを選択】 ①教本：524円/受講者1人 ②パンフレット：無料（要：配布資料 人数分コピー） ・受講証（希望制） 100円/受講者30人/講習回数 	<ul style="list-style-type: none"> ・要：教材の運搬 （教材郵送希望の場合は郵送料着払で対応可） ・要：パソコン、プロジェクター、スクリーン ・受講者数 15名以上
			実技			
2	高齢者支援コース （車いす介助を含む） 高齢者のちょっとした お困りごとに対応するために	60分	講義	(1) 支援活動にあたって (2) 地域における高齢者の理解 (3) ともに楽しいひとときを (4) 外出・散歩にさそいましょう ・車いすでの移動	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員派遣費 3,000円/指導員1人 ・教材費 【①②のいずれかを選択】 ①教本：524円/受講者1人 ②パンフレット：無料（要：配布資料 人数分コピー） ・受講証（希望制） 100円/受講者30人/講習回数 	<ul style="list-style-type: none"> ・要：教材の運搬 （教材郵送希望の場合は郵送料着払で対応可） ・受講者数 15名以上 ・要：車いす準備（1台/4人）程度
			実技			
3	事故予防・急病対応コース ～高齢者に起こりやすい事故と 予防のための知識～ 脳卒中で倒れたら 心臓病で倒れたら	90分	講義	(1) 高齢者に多い事故 ・転倒・転落 ・やけど ・食べ物による窒息 ・入浴中の事故 (2) 脳卒中について ・脳卒中の予防 (3) 脳卒中の早期発見と対応 (4) 虚血性心疾患について ・心疾患の予防 (5) 心肺蘇生・AEDを用いた除細動 （人工呼吸実施無）	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員派遣費 3,000円/指導員1人 ・教材費 パンフレット：無料（要：配布資料 人数分コピー） ・受講証（希望制） 100円/受講者30人/講習回数 	<ul style="list-style-type: none"> ・訓練用人体2体、AEDトレーナー2台貸出 ・要：資機材の運搬 ・受講者数 15名以上
			実技			
4	地域で支える認知症 ～認知症を知ろう～ 認知症高齢者への対応 認知症にならないために	90分	講義	(1) 認知症の主な症状 (2) 認知症の原因 (3) 認知症の人への対応 (4) 予防と早期発見 コグニサイズ（認知症予防体操） (5) 家族の理解と支援	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員派遣費 3,000円/指導員1人 ・教材費 冊子53円/受講者1人 ・受講証（希望制） 100円/受講者30人/講習回数 	<ul style="list-style-type: none"> ・要：教材の運搬 （教材郵送希望の場合は郵送料着払で対応可） ・受講者数 15名以上
			実技			
5	災害時高齢者生活支援講習 ～災害が起こった時に～	90分	講義	(1) 災害への備え (2) 避難生活 (3) 高齢者の避難生活と支援 (4) 知って役立つ技術 (5) 避難生活における支援にあたって	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員派遣費 3,000円/指導員1人 ・教材費 冊子53円/受講者1人 ・受講証（希望制） 100円/受講者30人/講習回数 	<ul style="list-style-type: none"> ・要：資機材の運搬 （衣装ケース1個程度） ・要：湯沸かしポット（1台） ・受講者数 15名以上
			実技			

健康生活支援講習支援員養成講習

講習種別	講習名	時間	対象	講習内容	費用	その他
健康 生活 支援 講習	支援員養成講習	11時間 (3日間)	満15歳 以上	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢期の健康と安全 ・自立した生活を続けるために ・地域における支援活動 など 	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員派遣費 5,000円 ・受講費 900円/人 	<ul style="list-style-type: none"> ・要：資機材の運搬 スーツケース1ヶ 紙袋1ヶ ・要：パソコン、プロジェクター、スクリーン 車いす（1台/4人）程度 ・受講者数 15名以上30名以内 ・検定合格者に「健康生活支援講習支援員」認定 証を交付