

# 健康生活支援講習

## ●健康生活支援員養成講習

※検定合格者には健康生活支援員認定証を交付

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に役立つ知識を学びます。  
【受講条件】満15歳以上の方 【受講費用】900円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
I-3	10月25日(土) 10月26日(日)	9:30-16:30 越谷市中央市民会館	30	9月1日(月)
I-4	11月22日(土) 11月23日(日)	9:30-16:30 秩父市福祉女性会館	20	10月1日(水)

## ●健康生活支援短期講習 <人生会議について>

※参加者には受講証を交付

ACPについて学びます。「もしもの時、あなたは何を望みますか?」

【受講条件】どなたでも参加可能 【受講費用】150円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
J-2	11月30日(日)	10:00-12:00 日本赤十字社埼玉県支部	30	10月1日(水)

## ●健康生活支援短期講習 <生活習慣病について>

※参加者には受講証を交付

親子でクイズに答えながら生活習慣病を学びます。また、レジスタンス運動にも取組みます。

【受講条件】親子(どなたでも参加可能) 【受講費用】お一人あたり150円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
J-3	1月24日(土)	10:00-12:00 日本赤十字社埼玉県支部	30	12月1日(月)

## ●健康生活支援短期講習 <フレイルについて>

※参加者には受講証を交付

フレイルについて一緒に学びましょう。

【受講条件】どなたでも参加可能 【受講費用】150円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
J-4	2月1日(日)	10:00-12:00 日本赤十字社埼玉県支部	30	1月5日(月)

## ●健康生活支援短期講習 <健康寿命を延ばそうコース>

※参加者には受講証を交付

健康になる歩き方を身につけて、健康寿命を延ばしましょう！上半期を含め全4回コース中の2回です。

【受講条件】どなたでも参加可能 【受講費用】150円(教材費・保険料等)

コース	日程	内容	会場	定員	申込開始日
K-3	11月5日(水)	10:30-12:00 ・フレイルって知っていますか ・関節の周りに筋肉がついて、瞬発力アップ！など	特別養護老人ホーム彩華園	20	10月1日(水)
K-4	2月4日(水)	10:30-12:00 ・スペシャル回のため、来てからのお楽しみです	特別養護老人ホーム彩華園	20	1月5日(月)

令和7年度下半期 (2025.10~2026.3)



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

埼玉県支部

# 生命と健康を守る講習会



## お申し込み方法

### ①インターネットでの申込み（推奨）



講習 日赤埼玉

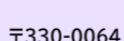


検索または、こちらを読み取り→

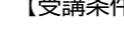
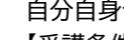
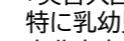
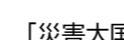
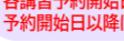
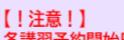
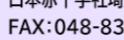
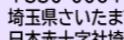
### ②ファックスまたはハガキでの申込み



右の事項を記入し、当支部あてにお送りください



①希望コース（例A-1）  
②氏名・フリガナ  
③性別  
④生年月日  
⑤郵便番号・住所  
⑥電話番号  
⑦メールアドレス  
⑧職業



# 救急法

## ●救急法基礎講習

※検定合格者には赤十字ベーシックライフサポートー認定証を交付

成人(小学生以上)の心肺蘇生やAEDの使い方など救急法の基本を学びます。

【受講条件】満15歳以上の方 【受講費用】1,500円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
A-10	10月5日(日) 12:00-16:30	所沢市こどもと福祉の未来館	30	9月1日(月)
A-11	11月15日(土) 12:00-16:30	ふじみ野市サービスセンター	30	10月1日(水)
A-12	12月4日(木) 12:00-16:30	日本赤十字社埼玉県支部	40	11月4日(火)
A-13	1月24日(土) 12:00-16:30	和光市総合福祉会館	30	12月1日(月)
A-14	1月25日(日) 12:00-16:30	日本赤十字社埼玉県支部	40	12月1日(月)
A-15	2月2日(月) 12:00-16:30	日本赤十字社埼玉県支部	40	1月5日(月)

## ●救急法救急員養成講習

※検定合格者には赤十字ファーストエイドプロバイダー認定証を交付

急病やけがの手当、搬送などについて学びます。

【受講条件】満15歳以上の方で、有効期間内の救急法基礎講習「認定証」をお持ちの方

※救急法基礎講習ご受講から「認定証」の交付には4週間程度お時間をいただきます。事前に救急法基礎講習の受講をお考えの場合は、十分スケジュールに余裕をもってお申込みいただきますようご注意ください。

【受講費用】2,100円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
B-4	11月23日(日) 11月24日(月・祝) 9:30-17:00	日本赤十字社埼玉県支部	40	10月1日(水)
B-5	1月31日(土) 2月1日(日) 9:30-17:00	日本赤十字社埼玉県支部	40	12月1日(月)
B-6	2月7日(土) 2月8日(日) 9:30-17:00	秩父市福祉女性会館	20	1月5日(月)
B-7	3月3日(火) 3月4日(水) 9:30-17:00	日本赤十字社埼玉県支部	40	2月2日(月)

## ●救急法基礎講習・救急員養成講習の連続コース

※検定合格者には赤十字ベーシックライフサポートー認定証と赤十字ファーストエイドプロバイダー認定証を交付

1日目に基礎講習、2・3日目に救急員養成講習を実施するコースです。

初日の基礎講習の検定不合格の方は、救急員養成講習を受講できません。また、このコースは基礎講習、救急員養成講習どちらか一方のお申し込みはできません。3日間受講いただくことが条件となります。

【受講条件】満15歳以上の方 【受講費用】3,600円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
C-4	10月4日(土) 10月18日(土) 10月19日(日) 9:30-17:00	日本赤十字社埼玉県支部	40	9月1日(月)
C-5	11月1日(土) ~3日(月・祝) 9:30-17:00	日本赤十字社埼玉県支部	40	10月1日(水)



# 幼児安全法

## ●幼児安全法短期講習 <乳幼児の心肺蘇生コース>

※お子さんとご一緒に参加も可能です  
(お子さん1名あたり保険料100円を追加で頂戴します)

子ども(未就学児)の心肺蘇生とAEDについて学びます。※参加者には受講証を交付

【受講条件】どなたでも参加可能 【受講費用】335円(教材費・保険料等)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
G-1	11月20日(木) 10:00-12:00	日本赤十字社埼玉県支部	30	10月1日(水)
G-2	1月17日(土) 13:30-15:30	日本赤十字社埼玉県支部	30	12月1日(月)
G-3	3月11日(水) 13:30-15:30	日本赤十字社埼玉県支部	30	2月2日(月)

## ●幼児安全法短期講習 <子どもの病気と看病のしかたコース>

※お子さんとご一緒に参加も可能です  
(お子さん1名あたり保険料100円を追加で頂戴します)

子ども(未就学児)の病気と看病のしかたについて学びます。

【受講条件】どなたでも参加可能 【受講費用】150円(教材費・保険料等) ※参加者には受講証を交付

コース	日程	会場	定員	申込開始日
G-5	11月20日(木) 13:30-15:30	日本赤十字社埼玉県支部	30	10月1日(水)

## ●幼児安全法支援員養成講習

※検定合格者には幼児安全法支援員認定証を交付

子ども(未就学児)の心肺蘇生や応急手当、事故予防などについて学びます。

【受講条件】満15歳以上の方 【受講費用】2,200円(教材費・保険料等) ※託児サービスはありません。

コース	日程	会場	定員	申込開始日
F-3	12月13日(土) 12月14日(日) 9:30-17:00	日本赤十字社埼玉県支部	30	11月4日(火)

# 水上安全法

## ●水上安全法救助員Ⅰ養成講習

※検定合格者には水上安全法救助員Ⅰ認定証を交付

3日間水上安全法救助員Ⅰ養成講習を実施するコースです。

水の危険性やプールでの事故防止、泳ぎの基本から水泳の安全管理、溺者の救助法について学びます。

【受講条件】次の条件をすべて満たす方 ①満15歳以上の方で、有効期間内の救急法基礎講習「認定証」をお持ちの方

②400m以上連續で泳ぐことができる方 ③立ち泳ぎを5分以上続けられる方

※救急法基礎講習ご受講から「認定証」の交付には4週間程度お時間をいただきます。事前に救急法基礎講習の受講をお考えの場合は、十分スケジュールに余裕をもってお申込みいただきますようご注意ください。

【受講費用】700円(教材費+保険料等)+実費(スイムキャップ+プール使用料)

コース	日程	会場	定員	申込開始日
E-3	2月9日(月) 2月16日(月) 2月24日(火) 9:30-17:00	さいたま市下落合プール	20	1月5日(月)

講習に関するお問合せはコチラ↓  
日本赤十字社埼玉県支部 救護・講習課 講習係  
☎ 048-789-7117 (代表) 平日9時-17時

