

令和6年度広島市受託事業
家族介護教室・家族介護者交流会
計画・実施一覧

中区(教室5回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	9月30日(月) 14:00～15:00	『毎日コツコツ貯筋！みんなでワイワイ健康体操』 講師；マリエ フィットネスサポート 健康運動指導士 横山 有里 氏	ラポーレ東千田 6F ナレッジホール	ラポーレ東千田
2	10月28日(月) 11:00～13:30	『腸！から始める風邪予防！』 ～食物繊維のススメ～ 講師；特別養護老人ホーム ふくだの里 管理栄養士 大久保 徹 氏	hitoto The Tower コミュニティプラザ 1F	ラポーレ東千田
3	11月14日(木) 13:30～14:30	『フレイルを予防し、元気で過ごそう』 講師；株式会社ヤクルト山陽 塩塚 千里 氏	基町集会所	悠悠タウン基町 居宅介護支援 事業所
4	11月22日(金) 13:00～14:30	『冬もポカポカ 身近な薬膳料理』 ～手軽にできる薬膳料理～ 講師；介護支援専門員・社会福祉士 食育アドバイザー 西倉 登志恵 氏	悠悠タウン江波二 本松 4F 地域交流セン ター	悠悠タウン江波
5	12月10日(火) 14:00～15:30	『いきいきと暮らすための栄養とヒント』 講師；無印良品広島アルパークまちの保健室 管理栄養士 田代 シマ 氏	おりーぶえん 地域交流スペース	おりーぶえん
交 流 会	12月13日(金) 10:00～14:00	『中区家族介護者交流会』 映画上映会交流会(会食と懇談) (瀬戸内 寂聴 99年生きて思うこと)	悠悠タウン江波 看護小規模多機能 施設 4階 地域交流センター	悠悠タウン江波

東区(教室5回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	9月11日(水) 10:00～11:20	『あなたのお口だいじょうぶ?? ～命の入口、笑顔の出口～』 講師; 陽だまりの会 歯科衛生士 阿川 眞澄 氏	第二光明 2F ふれあいホール	第二光明
2	10月23日(水) 13:30～14:30	『いつまでも元気に過ごしましょう ～体にとって大切な空気、 水、食べ物の再認識～』 講師; 医療法人社団 のぶもと歯科 院長 延本 充弘 氏	あけぼの寿老園 地域交流スペース	あけぼの寿老園
3	10月25日(金) 14:00～15:00	『より良い睡眠をとるためのコツ』 講師; 株式会社フランスベッド 福祉用具専門相談員 豊田 恭平 氏	馬木公民館	虹の里
4	12月12日(木) 14:00～15:00	『食欲不振への対応方法』 講師; 森永乳業クリニコ株式会社 中国営業部広島支店 営業職 清水 康平 氏	サンヒルズ広島 地域交流スペース	サンヒルズ広島
5	R7年1月22日(水) 10:30～11:30	『血液検査のこれってなあに?』 講師; 無印良品ゆめテラス祇園 薬剤師 大山 鷹志 氏	牛田新町集会所	神田山長生園
6	【中止】 R7年2月5日(水) 13:00～14:00	『チェアストレッチ教室』 講師; 無印良品ゆめテラス祇園 理学療法士 足達 奈美 氏	へさか福寿苑	へさか福寿苑
7	【中止】 R7年2月6日(木) 11:00～14:00	『風邪予防の食事について ～免疫力を上げる食事とは～』 講師; 特別養護老人ホームふくだの里 管理栄養士 大久保 徹 氏	福田公民館 調理実習室	ふくだの里
交流会	11月13日(水) 10:30～14:00	『東区家族介護者交流会』 講演「ストレスと上手につきあう」 講師; 比治山大学 堀内 聡 氏	グランドプリンス ホテル広島	第二光明

南区(教室5回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	10月9日(水) 13:30～15:00	『頑張らない介護方法について』 講師；特別養護老人ホーム光清苑 通所介護事業所光清苑兼務 理学療法士 酒入 由香 氏	光清学園 地域福祉活動センター 2階研修室	光清苑
2	10月15日(火) 10:00～12:00	『ゆうくんの笑いヨガ』 ～健康と幸せへの第一歩～ 講師；特別養護老人ホームでじま・くにくさ 生活相談員 岡崎 悠希 氏	でじま・くにくさ 6階会議室	でじま・くにくさ
3	10月19日(土) 10:00～11:30	『介護士リアル体験会』 ～ちょっと興味・関心があるあなたへ～ 講師；広島和光園居宅介護支援事業所 介護支援専門員 荒井 直之 氏	広島和光園 1階デイサービス センター	広島和光園
4	10月19日(土) 13:30～15:00	『高齢者のためのフレイル予防講座』 講師；無印良品広島アルパークまちの保健室 管理栄養士 田代 シマ 氏	輝き	輝き
5	11月6日(水) 14:30～16:00	『楽しく身体をほぐして転倒予防』 ～気持ちよくストレッチ、健康促進～ 講師；ダンス&ヨガ インストラクター 石川 智子 氏	仁保公民館 大集会室	広島八景園
交流会	11月29日(金) 11:30～14:00	『南区家族介護者交流会』 コンサート(チューバ、ヴァイオリン演奏) 会食・交流会 チューバ奏者 盛田 正輝 氏 ヴァイオリニスト 盛田 恵 氏	厳遊庭	IGL ナーシング ホーム信愛の郷

西区(教室5回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	9月20日(金) 13:00～15:00	『遊んで学んで「認知症すごろく」』 講師；デイサービスセンターかりん 介護士 森山 孝代 氏	いきいきプラザ	かりん
2	10月17日(木) 13:30～15:00	『セルフケアで からだところの疲れを癒しましょう』 講師；在宅マッサージ・アキュア 鍼灸マッサージ師 浜田 直樹 氏	西区 地域福祉センター	くすの木苑
3	11月14日(木) 10:30～12:00	『認知症を知ろう～認知症の理解と対応』 講師；デイサービス千歳園 相談員 稲葉 務 氏	千歳園	千歳園
4	11月27日(水) 10:00～11:30	『介護技術講習 ～がんばらない、らくらく介護のすすめ！～』 講師；特別養護老人ホームともの家 介護リーダー兼介護支援専門員 飯田 翔太 氏	鈴が峰会館	ともの家
5	12月5日(木) 13:30～15:00	『いつまでも自分の足で歩くために』 講師；訪問看護ステーションリライフ井口 管理者・理学療法士 小野 誠三 氏	西区地域福祉センター 4階ボランティア 研修室	三滝苑
交流会	10月30日(水) 10:00～12:00	『西区家族介護者交流会』 映画上映会 交流会 「ペコロスの母に会いに行く」	西区 地域福祉センター 3階会議室	リバーサイド中広

安佐南区(教室8回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	9月17日(火) 10:30～12:00	『これからの住まい(高齢者施設)を知る』 ～ 家での生活を維持するために ～ 講師； I G L ナーシングホームシャレー 介護主任 迫川 圭琴 氏	I G L ナーシング ホームシャレー 地域交流センター	I G L ナーシングホ ームシャレー
2	10月3日(木) 10:30～11:30	『薬との向き合い方』 講師；エリア薬局 薬剤師 瀬川 慶一氏	友愛園 地域交流室	友愛園
3	10月9日(水) 13:30～15:00	『高齢者の低栄養の予防と食事の工夫』 ～栄養食品を知ろう～ 講師；株式会社明治 西日本支社広島オフィス 栄養士 島岡 真実 氏	佐東公民館 第1研修室	川内の里
4	10月16日(水) 10:00～12:00	『折れないところを育てるいのちの授業』 ～自分の苦しみを分かってくれる人が いるとうれしい～ 講師；ヒーローズ訪問看護 リハビリステーション 所長 山根 雄 氏 管理者 江木 麻由 氏	和楽荘 地域交流室	和楽荘
5	10月17日(木) 10:00～11:30	『料理教室 ～手軽に作れるやわらか料理～』 講師；特別養護老人ホーム 慈光園 調理師 田野原 香 氏	安公民館 (実習室)	慈光園
6	11月7日(木) 10:00～12:00	『今とこれからを見据えた福祉用具の選び方』 ～本当に必要な道具を知っていますか～ 講師；株式会社福祉スタジオ 福祉用具専門相談員 作業療法士 村竹 真之介 氏	安佐南区民文化 センター 大会議室	東原慈光園
7	11月14日(木) 10:30～11:30	『低栄養の予防について』 ～バランスのいい食事を知ろう～ 講師；特別養護老人ホーム春日野園 管理栄養士 米田真梨乃 氏	春日野園 地域交流室	春日野
8	R7年1月18日(土) 13:30～14:45	『音楽の力～なつかしの童謡・唱歌音楽会～』 (高齢者の音楽療法についてのお話と 歌の演奏会) 講師；特別養護老人ホームやすらぎの里 広域公園 施設長補佐 森井 順 氏 演奏；あんだんて 山崎 玲香 氏(歌・伴奏) 河野 真由美 氏(歌)	やすらぎの里 広域公園	やすらぎの里 広域公園
交 流 会	11月21日(木) 10:00～12:00	『安佐南区家族介護者交流会』 笑いで介護のストレスを軽くしよう 落語上演会 広島演芸協会 会長 秋風亭 てい朝 氏	和楽荘 地域交流室	和楽荘

安佐北区(教室 5 回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	9 月 11 日(水) 13:30～15:00	『家族を守る防災対策:在宅介護編』 講師; 広島県自主防災アドバイザー 防災士 柳迫 長三 氏	口田公民館 研修室 2	なごみの郷
2	9 月 18 日(水) 13:30～14:45	『もしもの時にあわてない高齢者施設の選び方 ～安心の住まいをみつけるためのヒント～』 講師; 広島老人ホーム総合案内所たいよう 所長 江本 英二 氏 相談員 吉田 勇人 氏	安佐公民館 大集会室	ホームみくに
3	10 月 17 日(木) 10:30～12:00	『介護者 腰痛予防・腰痛ケア』 講師; S・T Conditioning パーソナルトレーナー・理学療法士 大原 将平 氏	可部南静養園 カルム	可部南静養園 カルム
4	11 月 6 日(水) 13:30～15:00	『認知症の現状、認知症についての理解等』 講師; グループホーム白木の郷 介護主任(認知症サポーター) 若松 寿子 氏	白木の郷	白木の郷
5	11 月 9 日(土) 13:30～15:10	『在宅ケアワンポイントアドバイス』 講師; 高陽荘 檜迫 瑞穂 氏 リアライヴ高陽 宮迫 結衣 氏	リアライヴ高陽	リアライヴ高陽
交 流 会	11 月 18 日(月) 12:00～15:00	『安佐北区家族介護者交流会』 参加者交流会(落語・食事等) 落語; 広島演芸協会 会長 秋風亭てい朝 氏	神楽門前湯治村	三篠園

安芸区(教室5回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	9月19日(木) 10:30～13:00	『秋の味覚を楽しもう！ 気軽に作れる栄養満点ごはん』 講師；特別養護老人ホームくにくさ苑 管理栄養士 秋庭 絵美 氏	阿戸公民館	くにくさ苑
2	10月17日(木) 14:00～15:30	『チョコレートの世界へようこそ ～チョコレートで健康をサポート～』 講師；株式会社 明治 管理栄養士 米田 麻衣 氏	安芸中野事業所 地下 1F 地域交 流スペース	瀬野川ホーム
3	11月2日(土) 13:00～14:00	『季節の食養生講座』 講師；株式会社 良品計画 無印良品ゆめテラス祇園 まちの保健室 管理栄養士 竹間 優花 氏	矢野おりづる園 地域交流室	矢野おりづる園
4	R7年2月20日(木) 14:00～15:30	『自宅でかんたん介護予防体操！！』 講師；特別養護老人ホーム 瀬野川ホーム リハビリ職 湧本 剛士 氏	安芸中野事業所 地下 1F 地域交 流スペース	瀬野川ホーム
5	R7年3月13日(木) 11:00～12:00	『家にあるもので簡単0円！ お手軽運動で楽しく、無理なく、健康に生きよう』 講師；広島原爆養護ホーム 矢野おりづる園 作業療法士 奥田 晶子 氏	矢野おりづる園 地域交流室	矢野おりづる園
交 流 会	11月20日(水) 10:00～15:00	安芸区家族介護者交流会 『「タクティール・タッチ」でリラックス』 講師；特別養護老人ホームくにくさ苑 在宅生活継続支援事業 在宅介護指導員 室谷 美佐 氏	グランドプリン スホテル広島	くにくさ苑

佐伯区(教室5回・交流会)

回	実施月日・時間	内容(テーマ)・講師	開催場所	担当
1	8月25日(日) 13:30～14:30	『自分らしく生きるための終活のすすめ エンディングノートを書いてみよう』 講師；特別養護老人ホーム陽光の家 施設長 松井 誠 氏	陽光の家	陽光の家
2	9月6日(金) 14:00～15:00	『感染予防について』 講師；サラヤ株式会社 メディカル事業本部 広島支店 課長補佐 末広 直也 氏	五日市公民館	鈴が峰
3	10月13日(日) 13:30～15:00	『認知症状について』 ～自宅でも実践できる認知症状への関り～ 講師；デイサービスセンター石内慈光園 相談員 岩田 悠生 氏	石内慈光園 デイサービス	石内慈光園
4	11月18日(月) 13:00～14:30	『予防に勝るフレイルなし！ ～転ばぬ杖を手に入れよう～』 講師；特別養護老人ホーム五日市あかり園 介護主任 嘉治本 総司 氏	五日市あかり園 地域交流スペース	五日市あかり園
5	11月20日(水) 14:00～15:30	『笑って健康！免疫力アップ！』 講師；ジャンボ亭 ばずーか 保育士 西山 仁胤 氏 同時開催 ～在宅で使える介護用品の展示・説明～	湯来保養園 1階ロビー 地域交流スペース	湯来保養園
交流会	11月19日(火) 10:00～13:00	『佐伯区家族介護者交流会』 (心身のリフレッシュ・食事・交流会) 講師；特別養護老人ホーム慈光園 介護予防健康アドバイザー 片野 尚美 氏	ホテル 広島サンプラザ	石内慈光園