

# 令和5年度 高齢者支え合い サポーター育成研修

受講生募集

地域で高齢者を支える人材を育成することを目的とした学習の場です。安心してサポーター活動ができるような知識や技術を学ぶことができます。また、サポーター自身の生きがいや介護予防につながる社会参加活動を増やすことができます。

## 研修修了後の活動例は？

### 地域団体や地域活動では・・・

高齢者向けのサロン  
地域に暮らす認知症の方のサポート  
一人暮らしの方の見守り訪問の協力  
日常のちょっとした困りごとの手助け  
など



### 高齢者施設では・・・

利用者の話し相手  
レクリエーション活動の手伝い  
シーツ交換や洗濯物干し  
車いすでの散歩の手伝い  
など



## 令和5年度 高齢者支え合いサポーター育成研修 日程

|             | 実施日時   | 会場                   | 研修内容  |
|-------------|--|----------------------|---|
| 第1回         | 6月2日(金)<br>9:30-12:30                                  | ココネリ<br>研修室1         | 開講式<br>高齢者支え合いサポーターとは<br>練馬区の高齢者の現状                                 |
| 第2回         | 6月6日(火)<br>9:30-12:20                                  | (※1)                 | 今日から私も認知症サポーター！<br>(認知症サポーター養成講座)                                   |
| 第3回         | 6月7日(水)<br>9:00-12:00<br>または<br>6月7日(水)<br>13:00-16:00 | 練馬消防署<br>5階<br>(※2)  | いざという時、役に立つ！<br>普通救命講習<br><br>※3つの日程のうちいずれかにご参加ください。<br>※各日定員20名です。 |
|             | 6月8日(木)<br>9:00-12:00                                  |                      |   |
| 第4回         | 6月13日(火)<br>9:30-12:00                                 | ココネリ<br>ホール<br>(※1)  | 実習  |
| 第5回         | 6月16日(金)<br>9:30-12:25                                 |                      | 高齢者の心身の特徴を<br>理解しよう<br>信頼関係を築く方法を<br>身につけよう                         |
| 第6回         | 6月20日(火)<br>9:30-15:20                                 | ココネリ<br>研修室1<br>(※1) | 活動先を理解しよう<br>地域団体の活動紹介  |
| 第7回         | 6月23日(金)<br>9:30-12:00                                 |                      | 修了式<br>活動相談会  |
| フォロー<br>アップ | 9月4日(月)<br>9:30-12:30                                  |                      | 近況報告 他  |

支え合い 地域をつなぐ ねりまの輪

### 対象

- ・練馬区に在住で、今後、地域の高齢者のために、支え合いサポーターとして活動ができる方
- ・研修の全日程および地域団体の活動紹介に参加できる方

### 申込み方法

4月17日(月) 9時受付開始

電話 または Web から申込み

定員60名

参加費用：無料

### 申込み・問い合わせ先

**03-6758-0145**

練馬福祉人材育成・研修センター

受付 9:00~17:00 (土・日・祝祭日除く)



Webでの  
お申込みはこちら

※1 ココネリ研修室1、ココネリホールは、練馬区立区民・産業プラザ3階 練馬駅北口徒歩1分(駅から直結)です。

※2 練馬消防署は、練馬区豊玉北5-1-8 西武池袋線・都営地下鉄大江戸線 練馬駅A1出口より徒歩1分です。