

令和7年度

# 高齢者支え合い サポーター育成研修

受講生募集



### 施設での活動例

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

### 地域での活動例

高齢者向けの集いの場  
でのお手伝い  
認知症カフェへの参加  
ひとり暮らしの方の  
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

### 高齢者支え合いサポーター育成研修について

地域で高齢者を支える多様な担い手を育成することを目的に、サポーター活動に必要な知識・技術を学ぶことができます。

研修を受講される皆様には、地域の活動に活かすことができる**普通救命講習**の受講と**ボランティア保険の加入**(※)の特典が受けられます。

※ボランティア保険は令和8年3月末までの加入となります。

### 対象

- ▶ 練馬区在住・在勤で、区内の高齢者を支えるボランティア（サポーター）活動ができる方
- ▶ 研修の全日程に参加できる方

### 申込

4月15日（火）～6月9日（月）

電話 または Web から申込  
定員40名

参加費用：無料

申込・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

### 令和7年度 高齢者支え合いサポーター育成研修 日程

	日時	会場	研修内容
第1回	6月12日(木) 13:45-16:30	区民・産業プラザ 3階 ココネリ 研修室1 (練馬1-17-1)	開講式 「高齢者支え合いサポーター事業とは」 「介護保険制度と地域包括ケアシステムの 理解と支え合いサポーターの役割」
第2回	6月15日(日) 9:30-12:00 または 6月22日(日) 9:30-12:00	富士見台特別養護 老人ホーム (富士見台1-22-4)  大泉特別養護 老人ホーム (東大泉2-11-21)	「施設実習 ～福祉用具体験など～」  ※いずれかの日程を選択(先着順)
第3回	6月17日(火) 9:00-12:00 または 6月17日(火) 13:00-16:00	練馬消防署5階 (豊玉北5-1-8)	「普通救命講習」  ※各日定員20名 いずれかの日程を選択(先着順)
第4回	6月19日(木) 9:45-15:30		「高齢者の心身の特徴を理解しよう」 「信頼関係を築くコミュニケーション を身につけよう」 「認知症サポーター養成講座」
第5回	6月24日(火) 9:45-12:45	区民・産業プラザ 3階 ココネリ 研修室1 (練馬1-17-1)	「地域の課題と活動先を具体的に知り、 サポーターとしてできることを考えよう」 「活動先の確認と活動までの流れ、 活動にあたっての留意点」
第6回	6月30日(月) 9:45-11:30		修了式 活動相談会
フォロー アップ 研修	9月4日(木) 9:45-12:00		研修参加者の近況報告 先輩サポーターの講話 など



▶交通：練馬駅下車北口徒歩1分 ※駐車場は有料です。

主催：練馬区 高齢者支援課 受託：練馬福祉人材育成・研修センター