

メニュー番号	タイトル	会社名	担当部署(担当課)	講師肩書き	講師名	対象	レベル	内容	可能日時	場所	費用	備考
2100	介護が必要になったら	足立区社会福祉協議会	基幹地域包括支援センター		担当者 高橋 亮	おおむね20歳以上		(一例) 1 足立区の高齢者の様子 2 介護が必要になったら <家族がみるのがあたりまえ?> 3 上手な介護サービスの利用の仕方・介護保険サービス・区の高齢サービス・その他 4 地域包括支援センターの支援 5 質疑応答	通年	区内		対象の方のご希望によって時間・内容を変更いたします。
2110	年をとっても「あんしん」な暮らし	足立区社会福祉協議会	基幹地域包括支援センター		担当者 高橋 亮	中学生以上		(一例) 1 足立区の高齢者の様子 2 「あんしん」して住み続けられる地域ってどんなもの? 3 地域包括支援センターの役割 高齢者何でも相談窓口 地域との連携 4 質疑応答	通年	区内		対象の方のご希望によって時間・内容を変更いたします。
2120	「物忘れが出てきても自分らしく生活するために」パートⅠ ～成年後見制度～	足立区社会福祉協議会	基幹地域包括支援センター		担当者 高橋 亮	一般		1 はじめに 2 こんな時どうしたら? 3 成年後見制度とは ・背景 ・成年後見制度とは ・利用の流れ ・成年後見人の仕事 4 終わりに 5 質疑応答	5～2月	区内		時間や進め方は状況に応じて変更可能です。
2130	「物忘れが出てきても自分らしく生活するために」パートⅡ ～地域福祉権利擁護事業～	足立区社会福祉協議会	基幹地域包括支援センター		担当者 高橋 亮	一般		1 はじめに 2 こんな時どうするの? 3 地域福祉権利擁護事業とは 4 事例紹介 5 終わりに 6 質疑応答	5～2月	区内		時間や進め方は状況に応じて変更可能です。
2140	「賢い老いじたく」～元気なうちに備えましょう。ひとりでも安心して暮らしていくために～	足立区社会福祉協議会	基幹地域包括支援センター		担当者 高橋 亮	一般		1 はじめに 2 老いじたくって? 3 今からできる老いじたく ・任意後見契約 ・高齢者あんしん生活支援事業 4 生活の中でできること 5 まとめ 6 質疑応答	5～2月	区内		時間や進め方は状況に応じて変更可能です。
2490	人生100年時代の節約術～医療・介護編			昭和女子大学研究員、社会保障問題解決研究所	市村 のぼる	一般	入門・初級レベル	1 社会保障の現状と課題 2 病気になる前に出来ること(予防) 食事・運動・歯・心の健康、酒・タバコ 健診・人間ドックなど(生活習慣の改善) 3 病気やケガをしたら・・・ 病院(医師)選び、検査・手術・入院・薬に関するインフォームドコンセント&セカンドオピニオン 4 医療コミュニケーション(実習)	通年	区内	なし	

メニュー番号	タイトル	会社名	担当部署(担当課)	講師肩書き	講師名	対象	レベル	内容	可能日時	場所	費用	備考
3520	公的年金と個人年金	(公財)生命保険文化センター			生活情報室 講師派遣担当	一般		公的年金制度の概要とともに、自助努力による準備手段の一つとして、生命保険会社が扱っている個人年金保険等について解説します。	通年	区内		
3540	セカンドライフと生命保険	(公財)生命保険文化センター			生活情報室 講師派遣担当	一般		生命保険の見直しのポイントや保険金の受取りに関する留意点、高齢期における生命保険との付き合い方について解説します。	通年	区内		
3760	エンディングノート・後悔しない葬儀教室	溜屋近藤商店株式会社			山口とおる	一般、介護関係者等		1 あいさつ・自己紹介 (5分) 2 エンディングノートとは (5分) 「終活」について 必要性について 3 エンディングノートに書いてみよう (45分) 基本情報 健康・介護 財産 葬儀・納骨 4 おわりに (5分)	通年	区内		講座の時間や内容を調整できます。
4378	自宅で最期を迎えることとは	未来設計サポート Medit		看護師、行政書士有資格者	藤澤 一馬	どなたでも	在宅介護をされる方～長年在宅介護をされている方	病院から自宅へ、最後を迎える場所は移りつつあります。ですが、核家族化や少子化で、自宅で最期を迎えたくても難しいという方が多くいます。また介護を始めたものの、大変さに疲弊しているご家族などからも相談を受けました。自宅で介護をすること、自宅で治療をすること、自宅で最期を迎えること、など在宅に関する今の実情と準備の仕方、最期の看取り方まで。疑問を解消いたします。 ・在宅介護の実際 ・在宅サービスの使い方 ・自宅で迎える最期	全日(要相談)	足立区全域含む近隣地域	0~1000円(資料、交通費等)	
4880	脳卒中予防講座・認知症予防講座	医療法人社団 苑田会 苑田会 リハビリテーション病院	リハビリテーション科 予防係	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士	苑田会 リハビリテーション病院(連絡担当者:鈴木晴子)	一般、高齢者		専門知識を持った理学療法士、作業療法士が脳卒中、認知症、転倒、誤嚥性肺炎関節痛等の予防方法について坐学、運動を中心に分かりやすくお話し致します。	通年	区内	無料	