**◎恵那市社協出前講座メニュー一覧**（団体・企業）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **講座名** | **講座内容** | **時間** |
| １ | ふくしについて | ユニバーサルデザインなど身近な福祉に関わる事を学びます。  様々な立場の方の視点から「気づき」や「思いやり」を育みます。 | 45分 |
| ２ | 社協について | 福祉のまちづくりを推進する社協が、どんなことをしているか、　　どんな役割を果たしているかお伝えします。 | 45分 |
| ３ | はじめよう  ボランティア | ボランティア活動の基本や心がまえなどについてお伝えします。  様々な活動内容を知ることで、自分たちにできる身近なボランティアについて考えましょう。 | 30～  45分 |
| ４ | 災害に備えて | 災害時の備えや、災害ボランティアセンターについて説明します。いざ災害が起こった時、自分に何が出来るのか考えましょう。 | 60～  90分 |
| ５ | よくわかる  介護保険 | 介護に対する不安や心配はありませんか？  介護保険制度や介護サービス、また介護離職や、仕事との両立に　ついて、わかりやすくご案内します。 | 60分 |
| ６ | 認知症って？ | 認知症になるってどういうこと？どうしたらいい？認知症について正しい知識と、相手を大切にした接し方についてお伝えします。 | 45～  60分 |
| ７ | 認知症サポータ  ー養成講座 | 認知症に対する正しい知識と理解を学び、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」になりませんか？認知症高齢者等にやさしい地域づくりに一緒に取り組みましょう。（地域包括支援センターと連携による） | 90分 |
| ８ | 市内で取り組む  『食』を通じたSDGｓ | 『もったいない』から『ありがとう』をキャッチフレーズに『食』を通じたSDGｓ活動に取り組みませんか？フードドライブ事業の流れや市内の活用状況などを通し、身近なＳＤＧｓを考えましょう。 | 30～  60分 |
| ９ | 赤い羽根って？ | 共同募金運動の仕組み、募金がどう使われるかをお伝えします。この募金運動が、自分たちにどのように関わるのか、どう関わることができるのか考えます。 | 45分 |
| １０ | 車いす体験 | 実際に車いすに乗ったり、介助をすることで、車いすに乗っている方の気持ちや、安全でお互いに気持ちの良い接し方を考えましょう。 | 45～  90分 |
| １１ | 高齢者疑似体験 | 体験グッズにより、体の動かしにくさや視覚の衰えなど、色々な身体の不自由さを体験します。体験を通じ、高齢者の気持ちに寄り添います。 | 90分 |
| １２ | ボッチャ体験 | 障がい者スポーツ体験を通じて、差別や排除の行動を行わない、理解しやすい「心のバリアフリー」について考えます。 | 60～  90分 |

※時間については、調整することも可能です。詳しくはお問い合せください。