

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対 象	対応人数
介護	継続	1	認知症のことを知ろう	認知症についての基本的な知識をクイズを交えながらお伝えします。希望があればレクもします。	講話	30分 ～40分	65歳以上	20人まで
介護	継続	2	認知症についてみんなで考えよう！	誰もがなる可能性のある認知症について、基本知識をお伝えし、地域で認知症の人を支えていくために何ができるのかを一緒に考えます。	講話&レク	60分	15歳以上 (高校生以上)	30人まで
介護	N e w	3	便利な福祉用具	介護保険で利用できるレンタル福祉用具の種類と使い方の紹介。	講話	60分 ～90分	60歳以上	20人まで
介護	継続	4	福祉用具って何？介護の負担を軽減しましょう！	知っているようで知らない福祉用具の種類と使い方についてのミニ知識を紹介します。	講話&レク	30分	60歳以上	10人まで
介護	継続	5	ほめちぎる健幸倶楽部の魅力	予防を重視した総合事業の健幸倶楽部（デイサービス）の魅力を紹介します。「もめちぎる」をモットーにみなさん自身の「健幸目標」を笑顔で応援し、健康を維持・向上する新しいコンセプトの倶楽部です。	講話	20分 ～30分	12歳以上 (中学生以上)	15人まで
介護	継続	6	訪問入浴とは？	訪問入浴とはどういったサービスなのか？入浴で期待できる効果とはなにか？	講話	30分 ～40分	60歳以上	10人まで
介護	継続	7	安全な入浴の仕方について	入浴時の血圧・湯温・室温など注意する事をお話しします。	講話&レク	20分 ～30分	20歳以上 (成人以上)	20人まで
介護	継続	8	おむつの交換について	簡単におむつ交換ができるようアドバイスをさせていただきます。	講話	40分	30歳以上	10人まで
介護	継続	9	車椅子操作・杖歩行者の介助方法について	車椅子の基本的な操作方法や杖歩行者（主に片麻痺の方）の介助歩行の仕方について体験と説明をします。	講話	30分 ～45分	12歳以上 (中学生以上)	20人まで

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対象	対応人数
介護	New	10	介護保険について	介護保険の申請方法やサービスの内容について説明します。	講話	15分 ～30分	20歳以上	10人まで
介護	継続	11	ケアマネージャーってなあに	知っているようで知らない「ケアマネージャー」について介護保険の説明を交えて紹介します。	講話	30分	18歳以上	20人前後
介護	継続	12	介護が必要になったら	だれでも年をとり人の世話にならなくてはならない時は来るので、そんな時どこに相談したらいいのか？どんな時に相談したらいいのか？等、話をします。	講話	20分 ～30分	65歳以上	20人まで
介護	継続	13	退院後の生活は大丈夫？	入院して介護が必要になった時に誰に相談したらいいのか等、退院後の生活について話をします。	講話	20分 ～30分	65歳以上	20人まで
介護	継続	14	老いじたくって気になりませんか？	終焉を迎えるまで自分らしく過ごせるように、参加の人たちと気楽に意見交換しながら、終活のヒントになれば・・・	講話	30分	50歳以上	20人まで
介護	継続	15	エンディングノートの書き方（人生の終わりを安心して迎えるために）	人間はいつかは最後を迎えます。自分にもしものことがあった場合に備え、皆さんと一緒にエンディングノートを作りましょう。	講話	60分	60歳以上	20人まで
介護	New	16	毎日の大切な健康チェック	日常動作の変化、気分の変化、体調におけるさまざまな変化（食事・水分・睡眠呼吸、血圧、脈拍、皮膚、排泄）など細かく観察することが大切な健康を保つポイントです。	講話	20分 ～30分	12歳以上 (中学生以上)	20人まで
介護	New	17	身体と心、いきいき教室♪～季節のうたで体操しよう～	高齢者を対象に簡単な講話と体操・脳トレを組み合わせた体験型の教室です。みんなで楽しくもの忘れ予防！みんなで元気に転倒予防！	講話&レク	30分 ～45分	60歳以上	30人まで
介護	継続	18	椅子に座って簡単ストレッチ	立位での体操が困難な方も椅子に座って、簡単な体操を行います。椅子に座ったままタオルを使ってストレッチ体操を行います。可能な方は椅子に座ったまま腹筋を鍛える運動なども紹介します。	レクリエーション	30分	40歳以上	20人まで

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対 象	対 応 人 数
介護	継続	19	簡単にできる手指体操	いつでも、どこでも簡単にできる手・腕・指先を使った体操を紹介します。	レクリエーション	20分	65歳以上	20人まで
介護	継続	20	みんなで楽しく頭の体操	脳を活性化するために効果的な、クイズ、手指体操などを紹介します。	レクリエーション	30分 ～45分	50歳以上	30人まで
介護	継続	21	新聞・広告を使ってレクを楽しもう！！	新聞や広告を使ってレクをします。簡単なレクで楽しみましょう。	レクリエーション	45分 ～60分	60歳以上	30人まで
介護	継続	22	新聞紙で脳トレ（工作&レク）	指先や頭を使って、新聞紙のエコバッグを作ります。	レクリエーション	60分	65歳以上	20人まで
介護	New	23	手足を使った脳トレ+マジック	手足を動かし脳トレをします。簡単なものから少し難しいものを状況に合わせて行います。また、ちょっとしたマジックを披露し、その種（仕掛け）を頭を柔らかくして考えていただきます。最後にはその種（仕掛け）を明かします。	レクリエーション	20分 ～30分	60歳以上	20人まで
児童	New	24	アナログゲームで遊ぼう	市販されているゲームを使ってお子さんと一緒に楽しみましょう。 ※親御さんも一緒に見守りをしていただきたいです。 ※年齢に合わせてゲームを行います。	レクリエーション	30分 ～45分	3歳以上 (小学生以下) 保護者・家族	20人まで
児童	New	25	簡単フラワーアレンジメント	生花をペットボトル等を利用した花器に生ける。	レクリエーション	60分 ～90分	6歳以上 (小学生以上)	10人まで
児童	継続	26	バスボム作り（入浴剤）	入浴剤をつくる。	レクリエーション	45分 ～60分	6歳以上 (1年生以上)	15人まで
児童	継続	27	身近な水辺の生き物たちとふれあってみよう！（ザリガニ釣り）	身近にいる生き物を見たり触れたりすることを目的に、ザリガニ釣り、その他めだかすくいなどの体験をしてもらうことで自然体験を味わっていただきます。（夏季のみ）	講話&レク	45分 ～60分	12歳未満 (小学生まで)	30人まで

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対象	対応人数
障がい	New	28	障がい者就労継続支援B型事業所ってどんなところ？	伊勢社協の就労継続支援4施設（御菌しらぎく園、工房そみん、伊勢市ひまわり、小俣さくら園）がどんなところか、作業内容やその他の活動について、わかりやすく説明します。	講話	20分 ～30分	6歳以上 (小学生以上)	20人まで
障がい	継続	29	身体障がい者との関わり	施設利用者や日常での障がい者との関わりを元に、接し方や施設での過ごし方の紹介などを折り返しながら、今後の参考にしてもらえるような体験談などのお話をします。	講話	30分 ～45分	不問	20人まで
障がい	継続	30	みんなで楽しくレクリエーション	身体障がいのある方でも簡単に行えるレクリエーションを紹介します。 一緒に楽しくレクリエーションをしませんか？	レクリエーション	30分 ～60分	18歳以上	15人まで
障がい	継続	31	牛乳パックを使った紙漉き葉書作り体験	使用済みの紙パックを原材料に材料の準備から紙を漉いてもらいハガキを仕上げるまでの一通りを体験してもらいます。	レクリエーション	30分 ～60分	6歳以上 (小学生以上)	20人まで
地域	New	32	ちょこっとレクリエーション	貸出物品事業の案内と人気の高い貸出物品1点の体験（輪投げなど）。他に簡単な手指体操やゲームなどを一緒に楽しみましょう。	レクリエーション	20分 ～30分	18歳以上	15人まで
地域	継続	33	みんなで楽しめるレクリエーション	高齢者・障がい児（者）誰でも楽しめる内容のレクリエーションをします。	レクリエーション	30分 ～45分	12歳以上	20人まで
地域	New	34	簡単なレクリエーション	脳を活性化するために効果的なゲーム、クイズなどをします。	レクリエーション	20分 ～30分	65歳以上	15人まで
地域	New	35	体と頭をほぐしましょう♪	体を使って楽しむレクリエーションや脳トレなどをして楽しみませんか？ほぐれた後に少しだけ社会福祉協議会についてお話します。	講話&レク	30分	18歳以上	20人まで
地域	New	36	紙芝居と簡単な体操	・昔懐かしい紙芝居。 ・簡単な体操やストレッチ。	レクリエーション	30分	65歳以上	20人まで

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対 象	対 応 人 数
地域	New	37	座ってできる簡単体操	座ったままできる簡単な体操で、普段使っていない部分を動かします。	レクリエーション	30分 ～45分	65歳以上	15人まで
地域	継続	38	少しだけ難しいレク体操(『十五夜さんの餅つき』の歌に合わせての体操)	『十五夜さんの餅つき』を歌いながら、歌に合わせて2人1組になり体操を行います。少しだけ難しいレクリエーション体操です。	レクリエーション	45分 ～60分	18歳以上	50人まで
地域	継続	39	みんなで楽しもう！遊び感覚で身体を動かす簡単なレクリエーション・ゲーム・体操	身体・手先・指先を使うことは脳や心にもよい刺激を与えます。身近にあるものや身体をつかってできる簡単なレクリエーション・ゲーム・体操を紹介します。個人戦？チーム戦？遊び？スポ-ツ？笑いあり！？遊び感覚で身体を動かす楽しさが味わえます。	レクリエーション	30分 ～90分	6歳以上 (小学生以上)	50人まで
地域	New	40	社会福祉協議会ってどんなところ？	社会福祉協議会の活動内容についてわかりやすく説明します。	講話	20分 ～60分	6歳以上 (小学生以上)	100人まで
地域	New	41	事業継続計画（BCP）ってななに	災害等が発生した時に福祉施設が利用者や職員の命をどのようにして守り、事業を継続していくための事業継続計画（BCP）について伊勢市社会福祉協議会が平成26年度に策定（平成30年度中に見直し）した計画から説明します。	講話	20分 ～90分	福祉施設職員 (18歳以上)	50人まで
地域	New	42	社協の貸付制度って？	生活福祉資金貸付制度がどのような時に利用できるのか、制度について簡単に説明します。	講話	30分	18歳以上	30人まで
地域	New	43	生活福祉資金ってななに	急な怪我や失業、子どもの進学費用の確保等、臨時的にまとまった資金を用意しないといけない場合があります。社会福祉協議会で実施している生活福祉資金は、どんな時に利用できるのか？どんな資金を借入できるのか？簡単に説明します。	講話	30分	18歳以上	30人まで
地域	New	44	知って得する！！日常生活自立支援事業の必要性と現状	日常生活自立支援事業の制度を理解してもらい、認知症高齢者や知的・精神障がい者の方が利用されている制度の現状や、事例をわかりやすく解説します。	講話	20分 ～60分	20歳以上	20人まで
地域	New	45	日常生活自立支援事業を知ろう！	「社協が金銭管理をお手伝いします！」。そう言われたら「ええ、社協が！？」とびっくりしますか？日常生活自立支援事業では、認知高齢者や知的障がい者、精神障がい者などの方を対象に、福祉サービスを利用するための手続きや金銭管理サービスのお手伝いをしています。その事業内容を紹介します。	講話	20分 ～30分	18歳以上	30人まで

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対 象	対 応 人 数
地域	継続	46	成年後見制度を活用しよう	成年後見制度の説明や法人後見活動の紹介などを行います。	講話	30分 ～60分	20歳以上	100人まで
地域	New	47	赤い羽根共同募金を学ぼう	毎年行われている赤い羽根共同募金ですが、募金した後、募金はどうなるのでしょうか。募金の使途について、クイズも含めて楽しく学んでみませんか。	講話	30分 ～60分	10歳以上 (小学4年生以上)	30人まで
地域	継続	48	ふれあい・子育てサロンとは	子育てサロンの目的や活動内容などを説明し、社協の意義と役割について皆さんに知っていただきます。	講話	30分	18歳以上	30人まで
地域	継続	49	ボランティアってなあに？	ボランティアってどんなことだろう、ボランティアってどんな魅力があるのだろうかなどボランティアの楽しさについて子ども達に伝えます。	講話	30分	小学4年生～6年生	30人まで
地域	New	50	こんな時、どうする？ ～クイズで学ぶ災害ボランティアと防災～	気軽に災害ボランティアや防災について学んでいただくために、クイズ形式でお話しをします。「こんな時、どうする？」という問題をいくつか用意しますので、一緒に考えてみませんか？	講話	30分程度	小学校4年生以上	30人まで
地域	継続	51	地域で考えよう！防災・減災対策	過去の大規模災害を教訓に、まず私達一人ひとりが何をすべきか。そして地域でどのように取り組んでいけばいいのか。皆さんと一緒に考えます。	講話	45分 ～60分	18歳以上	50人まで
地域	継続	52	避難所運営ゲーム (HUG)	避難所運営ゲームキットを使い、避難所で起こる出来事を模擬体験します。	講話&レク	60分 ～90分	13歳以上	30人まで
地域	継続	53	非常持出袋を確認しよう	災害等が発生し、避難する際に必要な非常持出袋。どれくらいの大きさで、重さになるのか、実際に見てもらうとともに、他にあると便利な物は何かを皆さんと一緒に考えます。	講話	20分 ～40分	18歳以上	30人まで
地域	New	54	みんなで地域の福祉課題について話しあってみよう！	住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らせるように、今、生活するなかで困っていることをみんなで話し合い、どのように解決できるかを一緒になって考えましょう。	講話	50分 ～60分	18歳以上	20人まで

平成30年度福祉出前トーク一覧

分類	継続 New	No	テ ー マ	内 容	形式	所要 時間	対象	対応人数
地域	継続	55	地域の困りごと110番！	地域で暮らしていて「困ったなあ」という人や事はありませんか？そんなとき、『伊勢市生活サポートセンターあゆみ』にご相談ください。実際にあった困りごと事例を紹介しながら、『あゆみ』のお仕事を紹介します。	講話	30分 ～40分	小学生以上	30人まで
地域	New	56	あゆみの事例報告	生活サポートセンターあゆみが関わった事例を通じて、あゆみの活動内容を周知してもらう。	講話	30分	年齢制限はないが、判断能力がある方	会場に入る人数
地域	New	57	「子どもの貧困について」～子どもの未来が左右されない社会を作るには～	豊かなはずの日本で、子どもの6人に1人が貧困に苦しんでいる。伊勢市生活サポートセンターあゆみで関わった事例を紹介しながら、あゆみの活動内容を知ってもらい、更に子ども食堂、学習支援、不登校等にも触れて、家庭状況で、子どもの未来が左右されない社会を作るには、どうすればいいのか話をします。	講話	30分	高校生以上	20人まで
地域	継続	58	考えよう「貧困問題」～私たちにできることは～	そもそも貧困ってなんなの？一体何が起きているの？昨今、よく耳にする貧困問題について一緒に考えてみませんか。	講話	45分 ～60分	18歳以上	50人まで
地域	New	59	こども食堂で地域を活性化	県内でこども食堂や共生食堂が立ち上がり、地域の子どものための拠り所となるべくこども食堂。住民主体で地域活性化と福祉を併せ持つ新しいスタイルを紹介します。	講話	30分 ～60分	18歳以上	30人まで
地域	New	60	「働きたい」を応援しています～生活サポートセンターあゆみでの就労支援	・生活サポートセンターあゆみでの就労支援の取り組み紹介、事例紹介。 ・無料職業紹介所の説明および利用方法について。	講話	20分 ～30分	15歳以上 (高校生以上)	30人まで
地域	継続	61	聴覚障がい者への伝え方の工夫	聴覚障がい者といっても、生まれた時から不自由な方、途中で不自由になった方、また高齢になり聞こえにくくなってきた方など、障がいの度合いは様々です。街で聴覚障がい者の方に出会ったとき、また身近な方が聞こえにくくなったときに、どんなふうにコミュニケーションをしたらよいか一緒に考えましょう。	講話&レク	60分 ～90分	小学校4年生以上	30人まで
地域	New	62	チラシ作りに役立つデザイン・イラストワンポイント教室	チラシ作りに際して役立つデザインやイラスト等について、チラシ作りや広報誌作りを担当してきた経験から気づいた点や参考にしてきた点などを交えてお話しします。	講話	30分 ～60分	20歳以上	30人まで
地域	継続	63	食品添加物について	私たちが普段食べている食品に使用されている食品添加物について説明します。	講話	30分	10歳以上	20人まで