

平成23年12月10日現在

参加費用：原則無料(材料費・用具代を頂く場合があります)

研修名	回数	開催予定日	時間	講師	会場 定員	募集
負担の少ない介護の方法 (講座と実技) ～男性による家庭介護教室～	1	3月22日(木)	14時～16時	千葉県ホームヘルパー 協会 高橋 芳恵	介護実習室 10名	2月募集 予定
足腰を鍛えよう ～ノルディックウォーク入門～	2	2月・3月予定	10時～12時	調整中	けやきプラザ 1F集合 30名	2月募集 予定
がんはどこまで治るか ・生活習慣病と癌 ・がん予防の話題	2	12月15日(木)	13:30～15: 30	千葉県がんセンター 医師 三上春夫	研修室 50名	当日受付 可
健康体操たまたま箱(第2回募集) ～膝・腰・肩痛予防改善を中心に 健康長寿を目指す～	4	11月30(水) 12月14(水) 1月14(水) 18(水)	10:30～12:00	高齢者体力づくり 支援士 伊豆野 由美	介護実習室 20名 用具代600円	募集終了 満員御礼
けやき遊楽講座 ～月替わりでお楽しみ講座～ ・アロマテラピーの楽しみ方 ・貝あわせを楽しむ ・日々短歌を楽しむ ・クリスマスリースを作ろう ・癒しの紅茶教室	8	9月15(木) 10月6(木) 20(木) 11月17(木) 12月15(木)	10:30～12:00	染野 範子 井上千鶴子 村上智雅子 川口 由美 添田 まさみ	体験コーナ 20名	募集終了 満員御礼
大切な人の こころの世界に入ってみませんか 「認知症の人とともに 可能な限り在宅で」	2	12月8日(木)	13:30～15: 30	老人保健施設 エスパーロ 施設長 蟻川瑛幸 (認知症サポート医)	研修室 30名	講座終了
健康体操たまたま箱(第1回募集) ～膝・腰・肩痛予防改善を中心 に健康長寿を目指す～	4	9月14(水) 10月12(水) 26(水) 11月9(水)	10:30～12:00	高齢者体力づくり 支援士 伊豆野 由美	介護実習室 20名 用具代600円	講座終了
「初めて」からの写真教室!	4	10月14(金) 21(金) 28(金) 11月12(土)	13:30～15: 30 10:00～12:00	写真家 原 康 (はら やすし)	研修室 50名	講座終了

ヨガと呼吸法で介護予防 (第2回募集)	4	9月 6(火). 13(火). 21(水). 27(火)	9:30-11:30	インド舞踊踊り手 ヨガインストラクター 児玉 貴子	介護実習室 20名	講座終了
ベランダでもできるガーデニング (秋季) ～種まき・挿し木とハーブティを 楽しむ～	1	9月27(火)	13:30-15:30	グリーンアドバイザー 川口 由美	工作室 10名 材料代800円	講座終了
高齢社会を生き抜く知恵 ①楽しみを見つけよう 「旅行の魅力と楽しみ方」 ②年金・老後の生活設計 ③成年後見人のおはなし ④真栄寺住職の講話 「ちょっといい出会い」 ⑤転ばぬ先の遺言書	5	9月22(木) 29(木) 10月 6(木) 13(木) 20(木)	13:30-15: 30	樺島 裕治 藤井 哲有 片野無事生 馬場 昭道 遠矢三千子	研修室 40名	講座終了
ヨガと呼吸法で介護予防 (第1回募集)	4	8月 10(水). 17(水). 24(水). 31(水)	9:30-11:30	インド舞踊踊り手 ヨガインストラクター 児玉 貴子	介護実習室 20名	講座終了
上手な介護サービスの受け方 (講座と施設訪問) ①どんなサービス、どんなお値段で？ ②どこに相談すればよい？ ③介護事業所とどう付き合えばよい ④実際に見てみよう「事業所見学」 ⑤介護保険以外にもこんなサービス..	5	6月15日(木) 29(木) 7月 6(木) 13(木) 17(木)	13:30-15: 30	千葉県社会福祉社 会	研修室 40名	講座終了
負担の少ない介護の方法 (講座と実技) ～優しい家庭介護教室～	4	6月17(金) 24(金) 7月 1(金) 8(金)	13:30-15: 30	千葉県ホームヘルパー 協会 高橋 芳恵	介護実習室 20名	講座終了
ベランダでもできるガーデニング (春期) ～お洒落な寄せ植え入門～	2	5月17(火) 6月21(火)	10:00-12:00	グリーンアドバイ ザー 川口 由美	工作室 10名	講座終了
便利で楽しい携帯メール ～アドレス交換からはじまる 入門講座～	2	5月20(金) 27(金)	13:30-15: 30	KDDI 森崎 美幸	研修室 20名	講座終了
楽しい卓球入門	8	5月 12. 19・26 6月 2・9・16・23 7月 7	毎回木曜日 9:00-11:00	我孫子市体育協会 (卓球連盟)	ふれあい ホール 40名	講座終了