

令和4年度

# 高齢者支え合い サポーター 育成研修

受講生募集

地域で高齢者を支える人材を育成することを目的とした学習の場です。  
安心してサポーター活動ができるような知識や技術を学ぶことができます。  
また、サポーター自身の生きがいや介護予防につながる社会参加活動を  
増やすことができます。

研修修了後の活動例は？

## 地域団体や地域活動では…

高齢者向けのサロン

地域に暮らす認知症の方のサポート

一人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  
など

## 高齢者施設では…

利用者の話し相手

レクリエーション活動の手伝い

シーツ交換や洗濯物干し

車いすでの散歩の手伝い

など



支え合い 地域をつなぐ ねりまの輪

## 対象

- 練馬区在住で、今後、地域の高齢者のために、支え合いサポーターとして活動ができる方
- 研修の全日程および地域団体の活動紹介に参加できる方

## 申込み方法

4月1日（金）9時受付開始

電話 または Web から申込み

定員 60名（申込順）

参加費用：無料

## 申込み・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4年度 高齢者支え合いサポーター育成研修

	実施日	実施時間	会場	研修内容
第1回	5月13日(金)	9:30-12:30	ココネリ研修室1（※1）	開講式 高齢者支え合いサポーターとは 練馬区の高齢者の現状
第2回	5月20日(金)	9:30-12:40		高齢者的心身の特徴を理解しよう 信頼関係を築く方法を身につけよう
第3回	5月28日(土)	9:30-12:00	学校教育支援センター 体育館（※2）	実習
第4回	6月3日(金)	9:30-15:20	ココネリ研修室1（※1）	9:30~地域団体の活動紹介同日開催（※3） 今日から私も認知症サポーター！ (認知症サポーター養成講座)
第5回	6月10日(金)	9:30-12:30 または 13:30-16:30		いざという時、役に立つ！普通救命講習（※4）
第6回	6月17日(金)	9:30-13:15		活動先を理解しよう 修了式
フォロー アップ	9月2日(金)	9:30-12:30		近況報告 他

※1 ココネリ研修室1は、練馬区立区民・産業プラザ3階 練馬駅北口徒歩1分（駅から直結）です。

※2 学校教育支援センター体育館は、練馬区光が丘6-4-1 都営地下鉄大江戸線 光が丘駅A4出口より徒歩10分です。

※3 第4回 6/3（金）9:30-11:30は練馬区社会福祉協議会による地域団体の活動紹介を開催します。

※4 第5回 6/10（金）は9:30-12:30または13:30-16:30いずれかの日程にご参加ください。

練馬区・練馬福祉人材育成・研修センター 協力：練馬区社会福祉協議会