

介護職のための健康づくり講座 ～腰痛予防で長く元気に安全に～ 開催要項

【目的】

介護現場で働く方々は、介護業務で腰に負担を感じる事が少なくありません。

ある民間会社の調査では「介護の仕事で大変だと感じる事」の第一位が「腰痛になりやすいなど身体的負担が大きい」(58.7%)となるなど、腰痛は多くの介護現場で共通する悩みごとの一つです。介護職の抱える、様々な腰の悩みについて、自分の体の特徴を知ることによって予防やセルフメンテナンスを学び、長く元気に働き続けられる体づくりへのヒントを提供します。

【主催】 島根県・社会福祉法人島根県社会福祉協議会（島根県福祉人材センター）

【日時・会場】 松江会場：令和6年8月31日（土）⇒令和6年12月22日（日）に延期

10：00～12：00

いきいきプラザ島根 403 研修室（松江市東津田町 1741-3）

浜田会場：令和6年9月7日（土）

10：00～12：00

いわみーる 体育室（浜田市野原町 1826-1）

【対象者】 介護の資格保有者（在職・無職は問いません）

対象資格：介護福祉士、准介護福祉士、介護福祉士実務者研修、介護職員初任者研修  
旧ホームヘルパー1級・2級、旧介護職員基礎研修、生活援助従事者研修  
介護に関する入門的研修

※島根県福祉人材センターに資格の届出の無い方は受講日までの届出を参加条件とします

【定員】 各会場30名（先着順）

【受講料】 無料（当日の会場までの交通費、飲み物等は各自負担）

【内容】 講義、体験を通して自身の体の特徴を知り、腰痛対策を学びます。

【講師】 株式会社 Canvas

代表取締役 作業療法士 藤井寛幸氏（松江会場講師）

プロダクトマネージャー 作業療法士 涌嶋宏輔氏（浜田会場講師・オンライン登壇）

【申込方法】 別紙申込書に必要事項をご記入、又はインターネット申し込みフォームより、申込締切日までにお申し込みください。7月中旬ごろより、島根県福祉人材センターホームページにも詳細を掲載します。

<https://www.shimane-fjc.com>

※申込締切日 松江会場：令和6年8月26日（月）⇒令和6年12月13日に変更

浜田会場：令和6年9月2日（月）

締め切り前に定員を超えた場合は早期に締め切ることがあります。

【参加にあたって】

動きやすい服装で、水分補給については各自でご準備ください。

【その他】

- ・感染症等の流行状況によってはセミナー内容を変更することがあります。
- ・感染症対策の一環として、マスクの着用にご協力ください。
- ・欠席・遅刻・早退等は、事前に事務局までお知らせください。
- ・地震・台風など、やむを得ない事情により研修を中止する場合には、ご連絡いたします。

【問合せ・申し込み先】

松江会場：島根県社会福祉協議会 島根県福祉人材センター 担当：金井  
〒690-0011 松江市東津田町 1741-3 いきいきプラザ島根 2階  
電話 0852-32-5957 FAX 0852-32-5956

浜田会場：島根県社会福祉協議会 石見支所 担当：柴田・河野  
〒697-0016 浜田市野原町 1826-1 いわみーる 2階  
電話 0855-24-9340 FAX 0855-24-9341