

“いつまでも健やかに暮らしたい”  
“寝たきりにさせない介護技術を体験したい” — そんな方へ

「一日介護・健康講座」開催のお知らせ

(一社)東京都総合組合保健施設振興協会主催の「一日介護・健康講座」を下記の要領で実施いたします。

1. 受講料 無料

2. 講座内容
- (1) 介護健康コース
    - ・健康寿命を延ばす介護予防
    - ・知っておきたい介護の知識
    - ・介護が必要になった時の対応
    - ・寝たきりからの脱出作戦
  - (※ベッド・車椅子を使った体験実技有り)
  - (2) 認知症介護コース
    - ・認知症の誤解と偏見を解消
    - ・認知症患者を支える生活とは！より良く暮らす方法を学ぶ
    - ・専門家が悩みに答える質問コーナー
  - (3) 介護準備コース
    - ・破綻しないための介護ポイント、制度、費用、心構え
    - ・いざ介護になった時を考えて！

3. 講師 医師・看護師・保健師・理学療法士等

4. 受講対象者 被保険者・被扶養者

5. 開催時間 受付・・・午前9時30分  
講座・・・午前10時～午後4時まで  
(ワークピア横浜・健保連 東京連合会は午後3時まで)

6. 募集者数 各会場 80名  
(大宮ソニックシティ・中野サンプラザは70名)

7. 申込方法 下記の開催日のうち、都合のよい日を選んで「一日介護・健康講座受講申込書」(別紙1)に必要事項をご記入のうえ、郵送またはFAXでお申し込みください。  
【郵送先】〒130-0014  
東京都墨田区亀沢1-7-3 東京都ニット健保会館5階  
一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会 (東振協)  
【FAX】03-3626-7509

※申込書は東振協ホームページからダウンロードできます。

<http://www.toshinkyo.or.jp>

※下記QRコードをご利用ください



(問合せ先) 一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会 (東振協)  
電話: 03-3626-7504  
(平日の午前9時から午後5時)

8. 申込期間 令和元年10月1日(火)～令和元年11月29日(金)

9. 抽選日 令和元年12月13日(金)  
(抽選結果は全員に通知いたします)

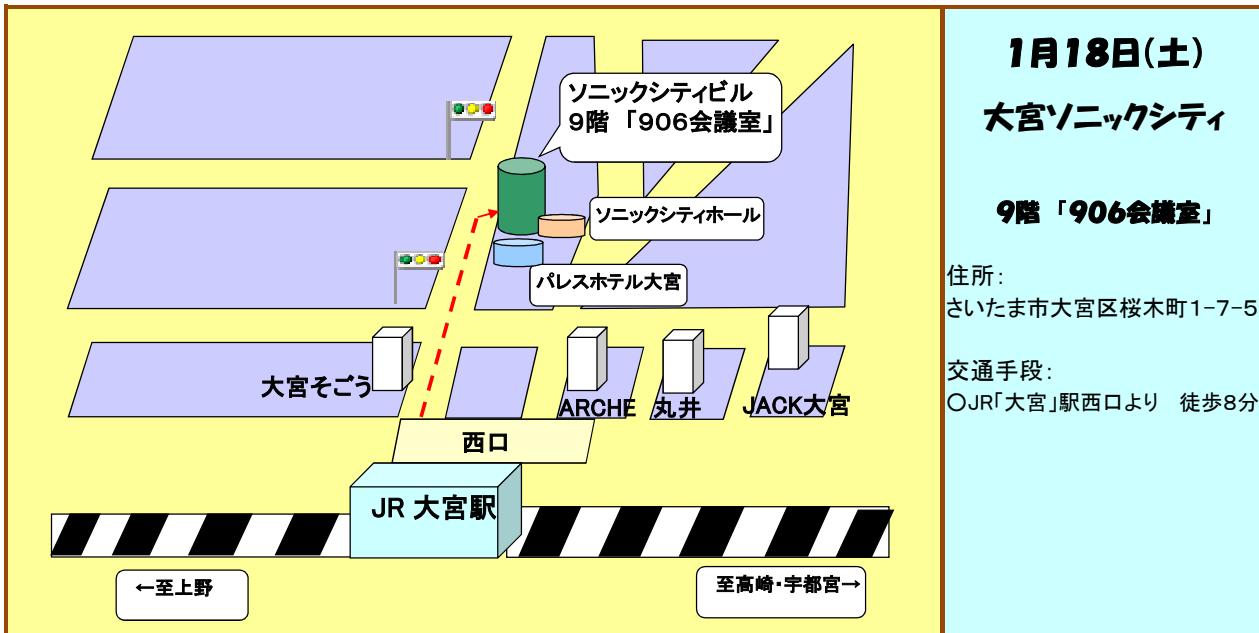
10. その他

- 受講者の昼食は用意しております。
- 「介護健康コース」受講の場合は、体験実技がありますので動きやすい服装でご参加ください。
- 駐車スペースはございませんので、公共交通機関をご利用ください。

## 開催日 及び 会場

開 催 日	会 場	講座コース
令和2年		
1月 18日 (土)	大宮ソニックシティ (埼玉県さいたま市)	介護健康
1月 26日 (日)	専売ビル (東京都港区)	認知症介護
2月 1日 (土)	日本交通協会 (東京都千代田区)	認知症介護
2月 2日 (日)	損保会館 (東京都千代田区)	介護健康
2月 8日 (土)	中野サンプラザ (東京都中野区)	介護健康
2月 15日 (土)	TKP 千葉駅東口ビジネスセンター (千葉県千葉市)	認知症介護
2月 16日 (日)	ワーフピア横浜 (神奈川県横浜市)	介護準備
2月 19日 (水)	健保連 東京連合会 (東京都新宿区)	介護準備
2月 22日 (土)	損保会館 (東京都千代田区)	認知症介護

※詳細につきましては東振協ホームページ (<http://www.toshinkyo.or.jp/>) に掲載がございますので、ご活用ください。



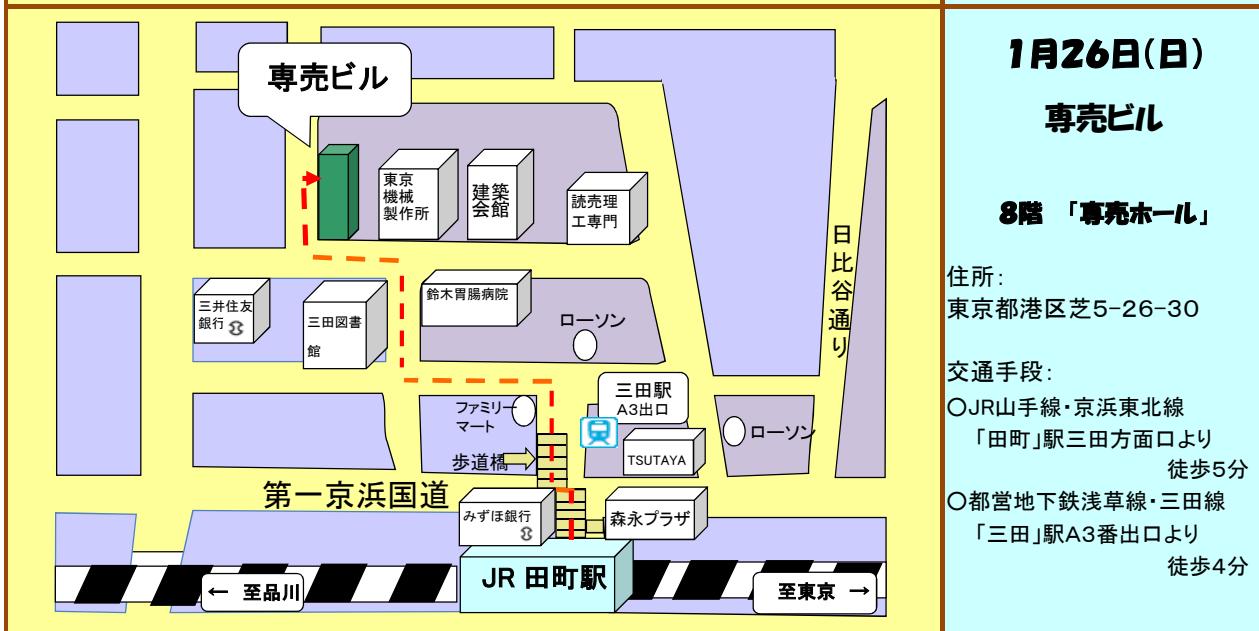
1月18日(土)

## 大宮ソニックシティ

### 9階「906会議室」

住所:  
さいたま市大宮区桜木町1-7-5

交通手段:  
○JR「大宮」駅西口より 徒歩8分



1月26日(日)

## 専売ビル

### 8階「専売ホール」

住所:  
東京都港区芝5-26-30

交通手段:  
○JR山手線・京浜東北線  
「田町」駅三田方面口より  
徒歩5分  
○都営地下鉄浅草線・三田線  
「三田」駅A3番出口より  
徒歩4分



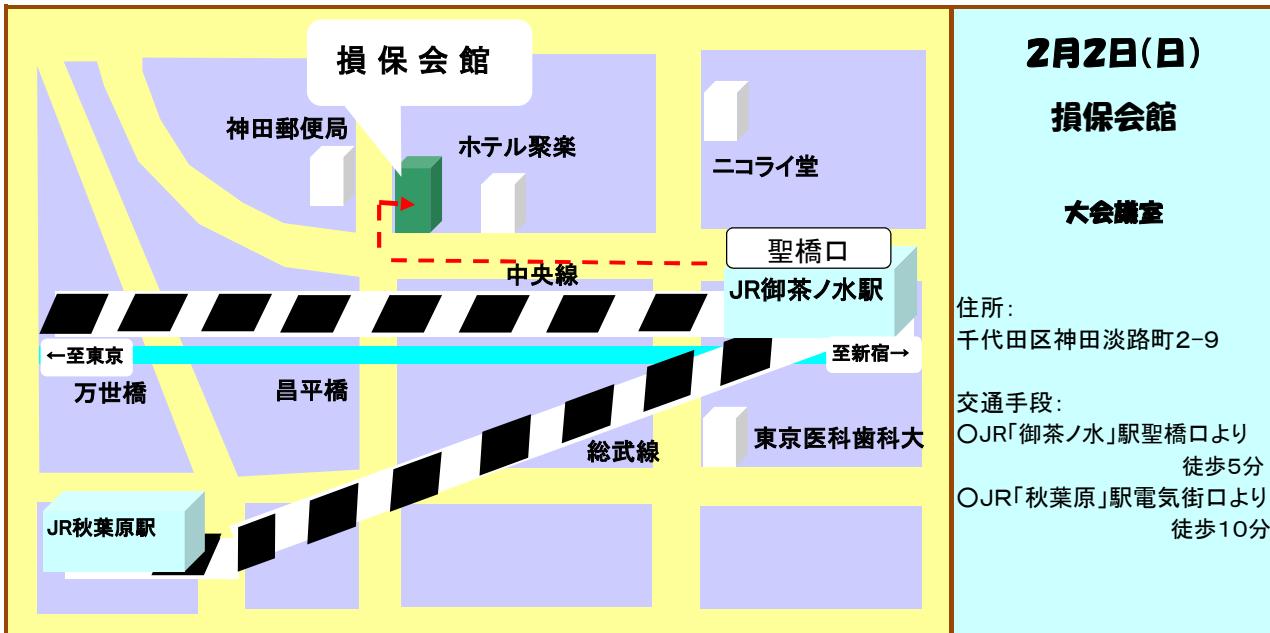
2月1日(土)

## 日本交通協会

### 9階「大会議室」

住所:  
千代田区丸の内3-4-1(新国際ビル9階)

交通手段:  
○東京メトロ有楽町線「有楽町」駅  
D3出口直結  
○JR「有楽町」駅国際フォーラム  
出口徒歩2分  
○地下鉄「日比谷」駅B3出口徒歩2分



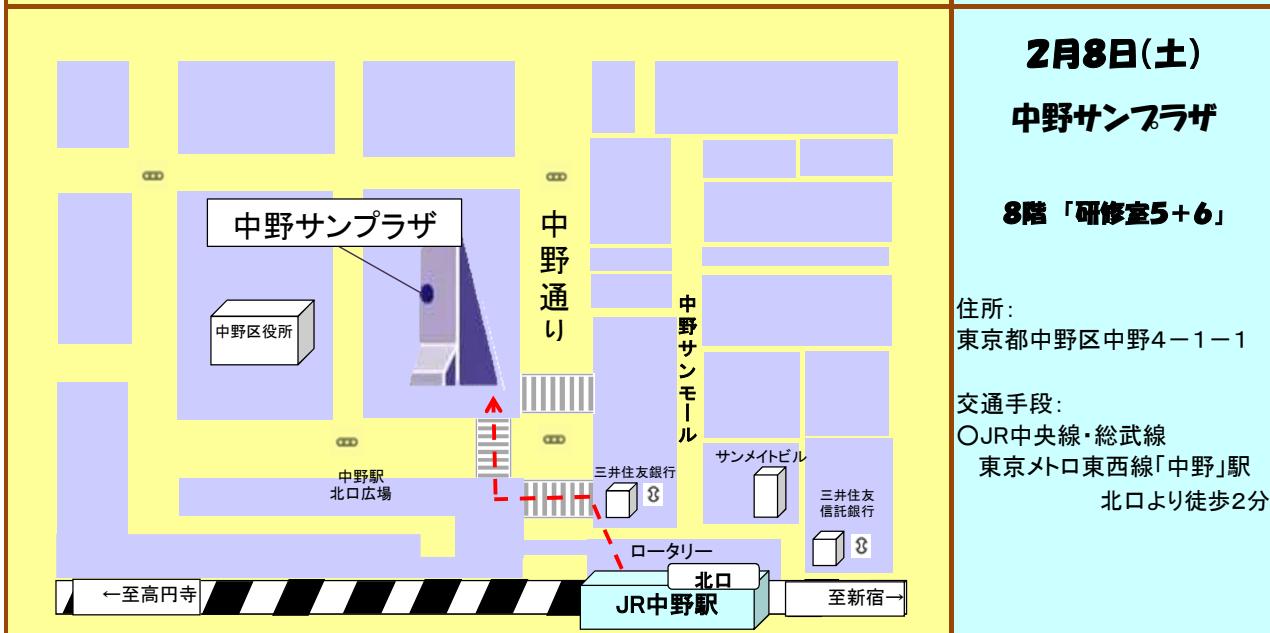
**2月2日(日)**

### 損保会館

#### 大会議室

住所:  
千代田区神田淡路町2-9

交通手段:  
○JR「御茶ノ水」駅聖橋口より  
徒歩5分  
○JR「秋葉原」駅電気街口より  
徒歩10分



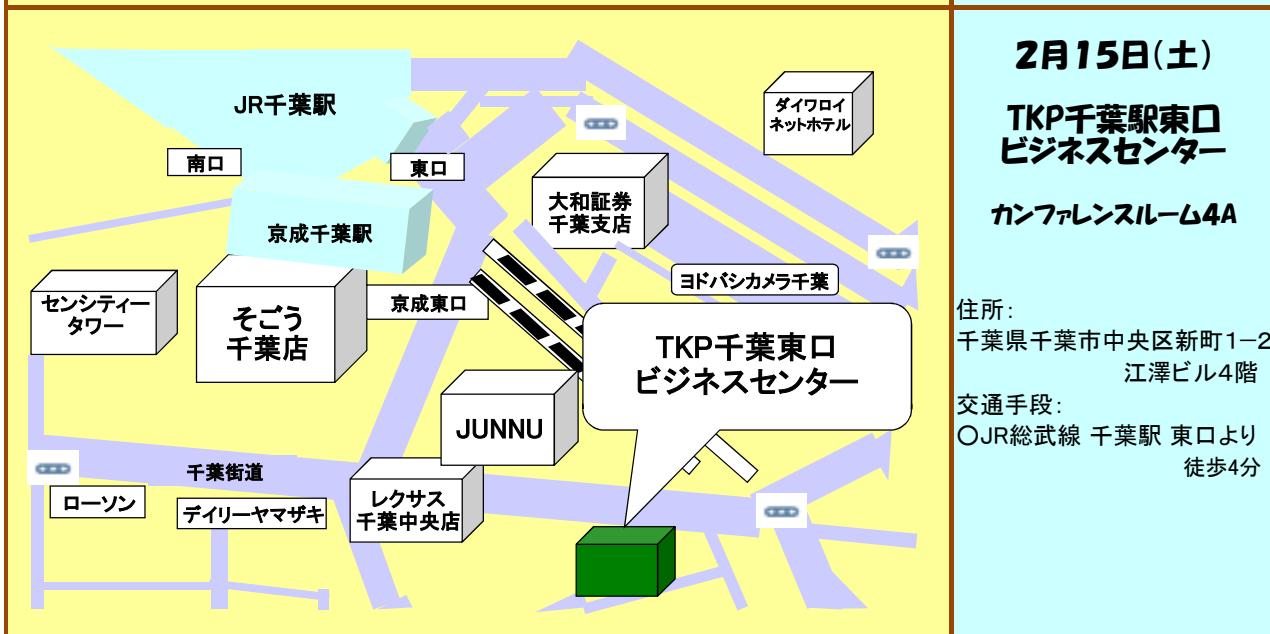
**2月8日(土)**

### 中野サンプラザ

#### 8階「研修室5+6」

住所:  
東京都中野区中野4-1-1

交通手段:  
○JR中央線・総武線  
東京メトロ東西線「中野」駅  
北口より徒歩2分



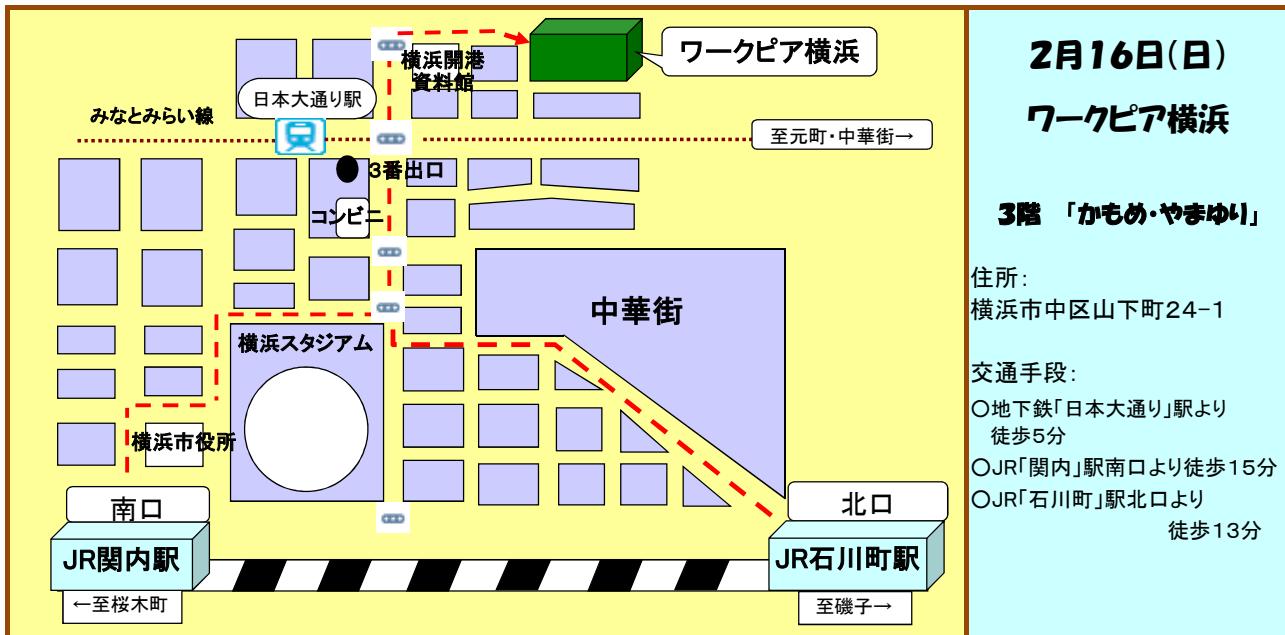
**2月15日(土)**

### TKP千葉駅東口 ビジネスセンター

#### カンファレンスルーム4A

住所:  
千葉県千葉市中央区新町1-2  
江澤ビル4階

交通手段:  
○JR総武線 千葉駅 東口より  
徒歩4分



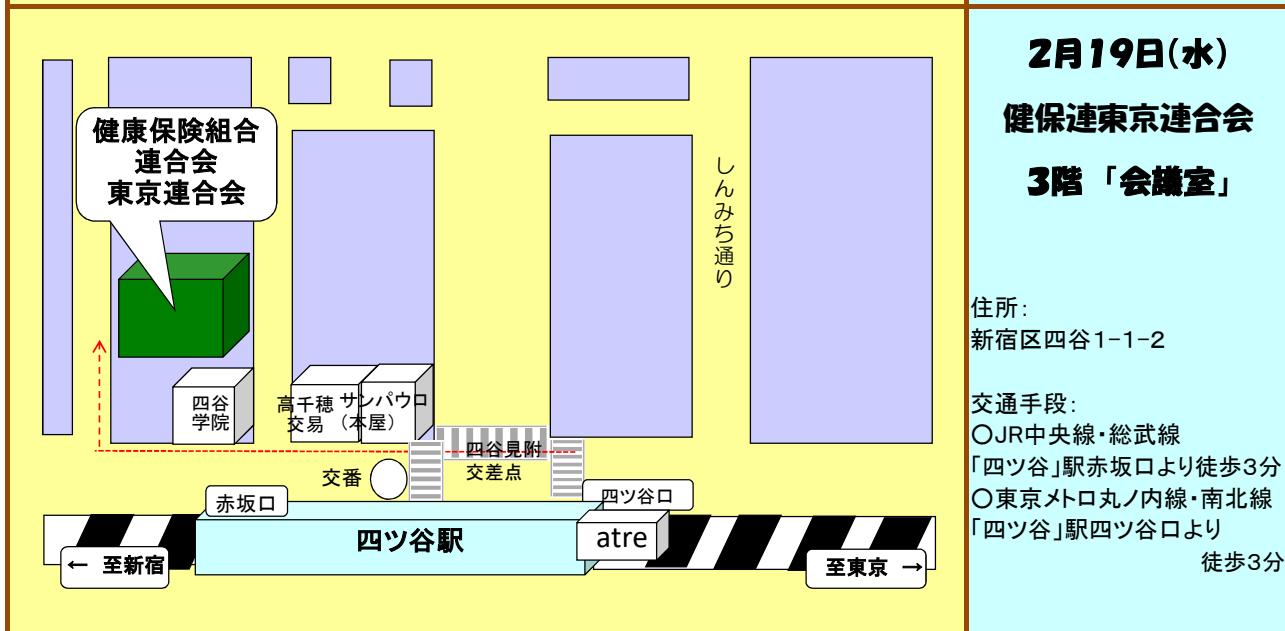
2月16日(日)

## ワークピア横浜

### 3階 「かもめ・やまゆり」

住所:  
横浜市中区山下町24-1

交通手段:  
○地下鉄「日本大通り」駅より  
徒歩5分  
○JR「関内」駅南口より徒歩15分  
○JR「石川町」駅北口より  
徒歩13分



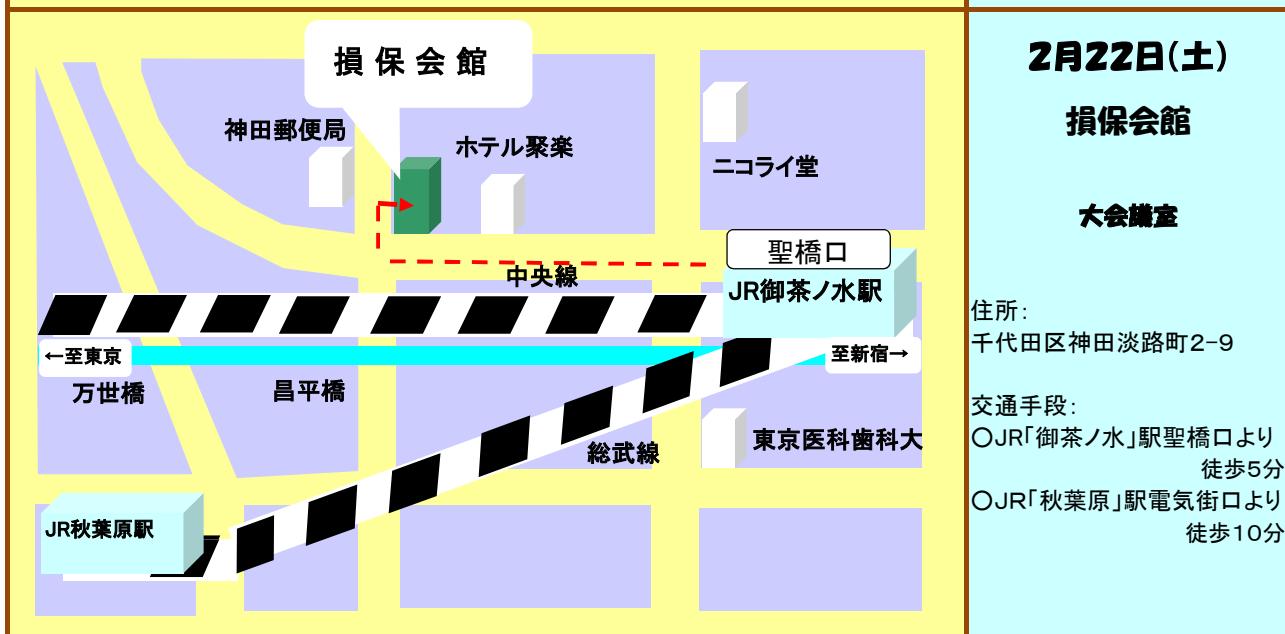
2月19日(水)

## 健保連東京連合会

### 3階 「会議室」

住所:  
新宿区四谷1-1-2

交通手段:  
○JR中央線・総武線  
「四ツ谷」駅赤坂口より徒歩3分  
○東京メトロ丸ノ内線・南北線  
「四ツ谷」駅四ツ谷口より  
徒歩3分



2月22日(土)

## 損保会館

### 大会議室

住所:  
千代田区神田淡路町2-9

交通手段:  
○JR「御茶ノ水」駅聖橋口より  
徒歩5分  
○JR「秋葉原」駅電気街口より  
徒歩10分