

# 講演会

## 「忘れてよかけん、 生きとかんば！」

親の老いを見つめながら描いたコミック「ペコロスの母に会いに行く」より、認知症の母との思い出話や介護体験談、著書の執筆にかけた思いなどお話しいただきます。

### 講師 岡野 雄一 氏

「ペコロスの母に会いに行く」原作者

#### 「ペコロスの母に会いに行く」

“ハゲちゃびん”漫画家ことペコロス（雄一）と、父親の他界後に認知症を発症し施設に暮らす母（みつえ）の過ごした日々をつづった「可笑しく」も「切ない」感動のコミックエッセイ。



©岡野雄一／西日本新聞社

○受付 13:30～ ○時間 14:00～15:30

○場所 1階 ふくふくホール ○定員 248人(事前申込順)

\*手話通訳がつきます。

\*車椅子で来場される場合や、お体の事情による座席の希望がある方は、お申込みの際にお伝えください。

高齢者の方、障がい者の方の介護についてみんなで楽しく学びましょう!

## 福岡市介護実習普及センター フェスタ

入場無料

日時 平成25年9月28日(土) 10:00～16:00

会場 福岡市市民福祉プラザ (ふくふくプラザ)



## 足・靴の相談会

参加自由

協力: NPO法人 足もと健康サポートねっと

足や靴に関する相談や検診コーナーをはじめ、ミニ講座を行います。

医師や看護師、シューフィッターなど専門家が対応します。靴の適正サイズが分かる「足型測定」もあります。



1. 転倒予防のための簡単エクササイズ
2. ノルディックウォーク実演
3. 爪切りの実演
4. 巻き爪治療の実際
5. スキンケア実演 など

○時間 10:00～16:00 ○場所 3階 交流ひろば

福岡市

# 介護講座

## 「足って大切～元気に歩こういつまでも～」



座学

足をテーマに、複数の講師に色々なテーマでお話頂きます。

●歩きやすい靴選び ●足の病気を知らう ●高齢者の靴選び ●爪の切り方とスキンケア など

○講師 NPO法人 足もと健康サポートねっと 医師、看護師、義肢装具士、シューフィッター など

○受付 10:00～ ○時間 10:30～12:00 ○場所 6階 601研修室 ○定員 80人(事前申込順)

## 「ロコモ予防で介護予防」

体験

転倒による骨折は要介護状態になる一つの原因です。足腰が弱ってしまうとしっかり歩くことが難しくなります。積極的に身体を動かして、ロコモ（ロコモティブシンドローム）を予防しましょう。

○講師 株式会社 健康科学研究所 健康運動指導士 ○受付 9:40～

○時間 10:00～11:30 ○場所 5階 502・503研修室 ○定員 50人(事前申込順)



## 「高齢者向けかんたん料理教室」

調理実習

栄養バランスのとれた料理を作って、一緒に会食しましょう。調理には食べやすい工夫がいっぱいです。男性の方も大歓迎!!

○講師 栄養士 ○受付 9:50～

○時間 10:00～13:00 ○場所 5階 調理実習室 ○定員 30人(事前申込順)



3階

## 催しのご案内

時間: 10:00～16:00

参加自由

### リハビリゲーム

### 「リハビリウム起立くん」体験会

九州大学と城南区にある長尾病院、大阪のメディカ出版が共同で開発したリハビリゲームです。「単調になりがちな起立訓練を楽しく継続」を目的に作られています。ぜひ体験してください。



### 見て学ぶやさしい住まい

住宅に関するアンケートに答えると、もれなく小さなプレゼントがあります。

共催：福岡市住宅改造相談センター



### 福祉用具リサイクル抽選会

### 自助具製作教室

1階

## エントランス

### 福祉施設等のバザー

福祉施設や福祉作業所などで製作している品物の販売を行います。

※製品がなくなり次第終了します。



## ◆お申込み・お問合せ◆

事前にお申込みが必要な「講演会」「介護講座」については、**8月1日から受付を開始**します。

電話、FAX(名前・住所・電話番号を明記)でお申込みください。

## 福岡市介護実習普及センター

福岡市中央区荒戸 3-3-39 福岡市市民福祉プラザ3階

TEL.092-731-8100 FAX.092-731-5361

福岡市介護実習普及センター

検索

詳しくはホームページでご覧頂けます。

## ◆会場のご案内◆

### ●福岡市市営地下鉄

「唐人町」駅(4番出口)から徒歩約7分

「大濠公園」駅(1番出口)から徒歩約10分

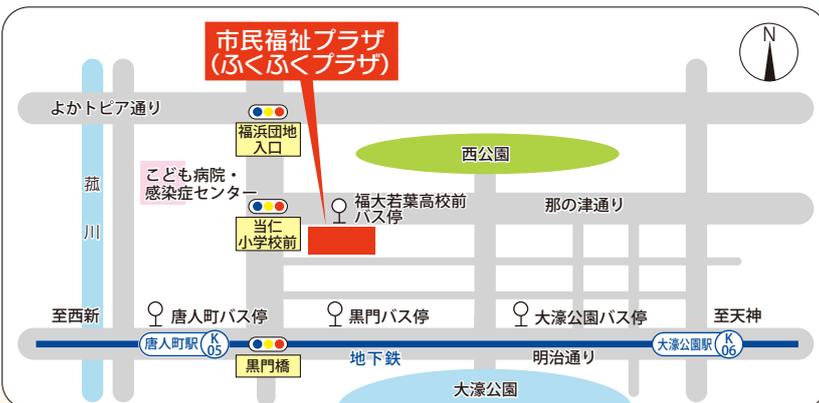
### ●西鉄バス

「黒門」バス停から徒歩約5分

「福大若葉高校前」バス停からすぐ

※当日は混雑が予想されます。

お越しの際は公共交通機関をご利用ください。



~~ペコロスの母に会いに行く~~  
講演会を聴きに行く

# 忘れてよかけん いきとかんば!

「ペコロスの母に会いに行く」原作者  
岡野 雄一 氏

時間 13:30~15:00 事前申込順



©岡野雄一／西日本新聞社

高齢者の方、障がい者の方の介護について、みんなで楽しく学びましょう!

## 福岡市介護実習普及センター フェスタ

入場無料

日時 平成25年9月28日(土) 開催時間 10:00~16:00

会場 福岡市市民福祉プラザ(ふくふくプラザ)



### 足・靴の相談会

協力：NPO法人 足もと健康  
サポートねっと

時間 10:00~16:00 参加自由

医師や看護師、シューフィッターなど専門家が対応します。

- 足、靴に関する相談コーナー
- スキンケア実演
- 転倒予防のための簡単エクササイズ
- 爪の切り方実演 など

- ほかに ● 介護講座「足って大切~元気に歩こう いつまでも~」  
「回コモ予防で介護予防」  
● リハビリゲーム「リハビリウム起立くん」体験会  
● 福祉施設によるバザーなど、これ以外にも催し物が盛りだくさん!

講演会と介護講座は事前に申込みが必要です。申込みは8月1日から、電話、FAX(氏名、住所、電話番号を記入)でお受けします。

お申込み・お問合せ

### 福岡市介護実習普及センター

福岡市中央区荒戸 3-3-39 福岡市市民福祉プラザ3階  
TEL.092-731-8100 FAX.092-731-5361

福岡市介護実習普及センター

検索

詳しくはホームページで  
ご覧頂けます。

