

# 「健康生活支援講習支援員養成講習」プログラム

- ・講習内で実技を行います。ズボン、運動靴など動きやすい服装でご参加ください。
- ・全日程を終了された方には受講証を発行します。
- ・全日程 下記時間より講習が開始いたしますので、時間厳守でお願いします。

日	時	内 容	持ち物
1日目 1月27日(火)	午後 1時30分 ～ 午後5時	<b>第1章 赤十字健康生活支援講習について</b> <b>第2章 高齢期の健康と安全</b> 1.健やかな高齢期を迎えるために 2..高齢期に起こりやすい病気や事故の予防	動きやすい服装
2日目 2月3日(火)	午後 1時30分 ～ 午後5時	<b>第3章 自立した生活を続けるために</b> 1.自立した生活をめざして 2.自らからだをうごかす 3.食事 4.排泄 5.清潔	動きやすい服装 ・お茶 ・前開きパジャマ（上着） ・フェイスタオル（2枚） ・ビニール袋 (タオル1枚が入る位の大きさ)
3日目 2月10日(火)	午後 1時30分 ～ 午後5時	<b>第4章 地域における支援活動</b> 1.地域包括ケアシステムから地域共生社会へ 2.支援活動にあたって 3.移動  ＜閉講式＞ 午後4時20分～午後4時30分	動きやすい服装 ・フェイスタオル（1枚） ・ビニール袋 (タオル1枚が入る位の大きさ) ・ボディローション またはハンドクリーム

全日程受講された方で、ご希望の場合 検定試験（学科30分）を受検できます。

3日目 午後4時30分～午後5時

合格された方には「健康生活支援講習支援員認定証」（有効期限5年間）を発行します。

持物：筆記用具（ペン、鉛筆 消しゴム）110円切手1枚

検定の結果は、1ヶ月以内に提出していただいた封筒でご自宅に郵送いたします。

＜健康生活支援講習指導員養成講習のご案内＞

※赤十字講習をボランティアでご指導していただく資格です

実施時期：令和8年

日 数：9日間

対 象 者：健康生活支援講習支援員、18歳以上、大阪府在住の方

エントリー方法：日本赤十字社大阪府支部ホームページより（令和8年度に掲載予定）

ご不明な点がありましたら、

06-6943-0709 日本赤十字社大阪府支部健康生活支援講習担当までお問い合わせください。