

# 「地域包括ケアシステムについて考える」

## 出前講座について



宮前区では、区内の大学や専門家と連携し、地域の会議や勉強会、カフェ・サロン等の地域主体の活動を対象に、講師を派遣し、出前講座を行っています。ご利用について、お気軽にご相談ください。

<2026.3.27現在

	テーマ	講師	内容
1	体操による健康づくり	特定非営利活動法人 ファンズアスリートクラブ 理事長 井上 秀憲 氏 他	・坂道を歩くために必要な筋力アップの体操 ・お家でできるお手軽体操 等
2	お薬の正しい飲み方	川崎市宮前区薬剤師会 会長 大貫 ミチ 氏 他	・オーバードーズって何？ ・在宅で薬剤師ができること ・セルフメディケーションを自分のものにしよう！ ・災害時にお薬で困らないために知っておくこと
3	在宅介護について知っておきたいこと	川崎市介護支援専門員連絡会 元会長 小川 眞悟 氏	・在宅介護のしくみや費用 ・高齢世帯や一人暮らし世帯の在宅介護 等
4	ご近所づきあいの力	田園調布学園大学 小平 隆雄 氏	・災害時における近所づきあいの力 ・ご近所づきあいと健康 ・緩やかなみまもり 等
5	食事による健康づくり	栄養士みやまえ応援団 代表 志賀 美知子 氏 他	・フレイル予防のための食事の工夫 ・生活習慣病予防 (腸活、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、肥満症) ・離乳食、幼児食
6	「終活」と地域のつながり	(一社)自分史活用推進協議会 監事 馬場 敦 氏	・「終活」とは ・「終活」としての生前整理 ・ひとり暮らしの「終活」 ・地域で考える「終活」 等
7	パパの家事・育児	川崎市男女共同参画センター イクメン研究所メンバー	・パパの子育ての悩みごと ・ちょっとした工夫やアイディア
8	体験型の防災ワークショップ	川崎市男女共同参画センター 女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクトメンバー	・男女共同参画の視点から解説する普段からの備えのコツ、災害時のトイレ事情と備え方、防災カードゲーム 等

※上記のテーマ以外に学びたいこと・話したいことがございましたら、下記問い合わせ先までご相談ください。

### 【お申込みについて】

テーマ：希望するテーマをお選びください。内容の一部だけ選ぶなどのご相談もできます。

派遣日時：随時、希望日時・講演時間を伺った上で、講師と調整します。

講師謝礼：地域みまもり支援センターが負担します。

費用：会場費、資料印刷代、その他必要な経費については申請団体にてご負担いただきます。

申込み：別紙の申込書より、メール、FAX または郵送にてお申し込みください。

注意事項：・年度予算内での実施となりますので、年度途中で募集を締切らせていただく場合があります。

・講師や日程等の都合により、ご希望に添えない場合があります。

・同一テーマのご利用は、各団体につき1回までとなります。

### 【お申込み・問い合わせ】

宮前区役所地域みまもり支援センター地域ケア推進課

〒216-8570 川崎市宮前区宮前平 2-20-5

メール 69keasui@city.kawasaki.jp

TEL 044-856-3300

FAX 044-856-3237



メロー 宮前 コスミン  
兄妹