

参加無料

令和7年度 家族介護教室

介護のコツを知ろう！！

身体に負担がかからない介護の仕方や腰痛予防等の知識を

お伝えする教室です。

ぜひ、ご参加ください。



日程	会場	内容
9月18日(木) 午後1時30分 ～午後3時30分	緋の郷 円形交流館 多目的ホール	介護をするときの基本的な知識と 介護実技 ・車いすからの立位 ・車いすからトイレへの誘導 ・身体を動かすときの基本的な 知識
10月11日(土) 午後1時30分 ～午後3時30分	伊勢崎 敬愛看護学院 (下植木町461-1) ※裏面に地図が あります	介護の基礎を身に付けよう ・ベッド上の介助 ※かかとのある上履き持参
11月7日(金) 午後1時30分 ～午後3時30分	緋の郷 円形交流館 多目的ホール	在宅介護の心得 腰痛予防 ・自宅で出来る体操やストレッチ

【対象者】 市内に在住、または在勤、在学で
家族の介護をしている人、介護について学びたい人
各日定員20名。1日ごとの申込みです。



【講師】 伊勢崎地域リハビリテーション広域支援センターの職員

※実技がありますので、動きやすい服装でご参加ください。
なお、9/18、11/7は運動靴の着用をお願いします。

【持ち物】 筆記用具

【申込み】 **8月12日(火)午前9時から**
電話か来所でお申込みください。



【申込み・問合せ】

伊勢崎市地域包括支援センター(市役所本館1階7番窓口)

電話:0270(27)2745

伊勢崎敬愛看護学院

住所：伊勢崎市下植木町461-1

