

平成30年度 至誠ホーム
ボランティア講座

無料講座

◆会場：至誠特別養護老人ホーム
4階研修室
(立川市錦町6-28-15)

～わたしにもできること
あなたにもできること～

Part1 姿勢を見直してみませんか？

姿勢は身体と心に表れるといえます。
日常で基本となる姿勢をよりよい生活のためにも
一度見直してみませんか。



7月18日(水)・21日(土) 13時～15時30分

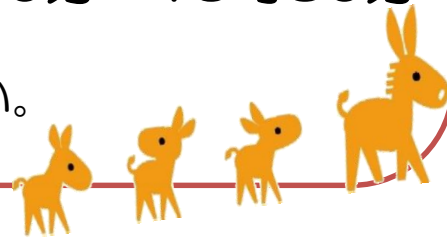
※同一内容の講習です。
どちらかご都合の良い日にご参加ください。
◆バスタオルと靴下のご持参をお願い致します。

Part2 「認知症サポーター養成講座」

認知症を理解し、地域を支えてみませんか？
認知症の基本的な知識や認知症の人への対応の仕方
などを学びます。職場や地域で認知症の方やご家族を
見守る応援者へのお誘いです。

7月14日(土)・25日(水) 13時30分～15時30分

※同一内容の講習です。
どちらかご都合の良い日にご参加ください。



◆◆講師プロフィール◆◆

Part1：姿勢を見直してみませんか？

齋藤 直江（ミツヴァ・テクニク認定教師）

6才からクラシックバレエを始める。

子育てをしながら整体師・リフレクソジストの資格を取得。カナダ留学を繰り返しながら講師認定講座を受講し、創始者から直接指導を受ける。

現在、日本ミツヴァ・テクニク東京事務局代表としてプライベート・レッスンや各地域においてワークショップを行っている。

※ミツヴァの語源はヘブライ語で、「自分にした良い行いが、自分に返ってくる」という意味がある。体を動かす事で重力にたいし、必要最小限で活動できるようなるテクニクのこと。

Part2：認知症サポーター養成講座

認知症サポーター養成講座 キャラバン・メイト

※キャラバンメイトとは
認知症介護実践リーダー研修（認知症介護実務者研修専門課程）修了者もしくは、地域包括支援センター職員やケアマネージャー等自治体が認めた者がメイトになることができる。



◆◆ 申込方法 ◆◆

メール、ファックス、お電話で以下の連絡先までお申込みください

- ① お名前
- ② お住まいの地域
- ③ お電話番号
- ④ 各回の参加日
- ⑤ 何を見てお申込みいただいたか

※これらの事項をお知らせください。

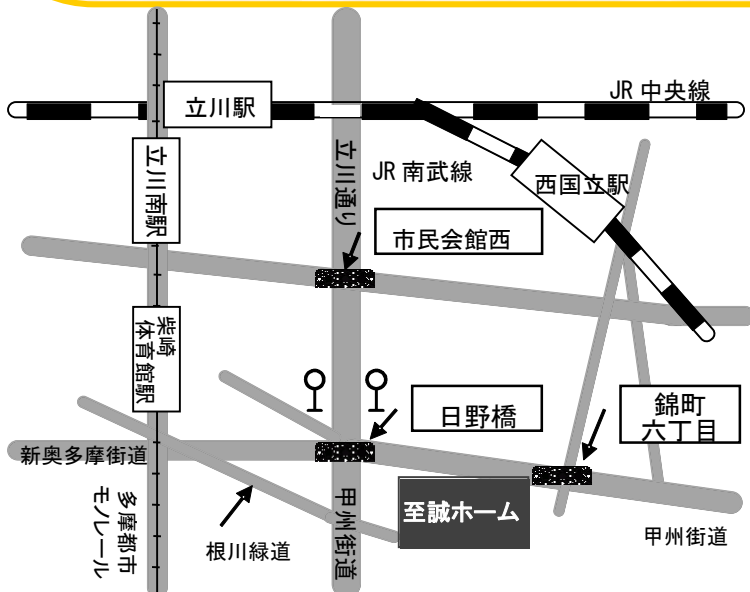
申込締切：7月10日（火）

E-mail：shisei-volunteer@shisei.or.jp

Tel：042-527-0035

Fax：042-527-2646

社会福祉法人 至誠学舎立川 至誠ホーム
至誠ソーシャルワークセンター 企画調整
ボランティア担当 和田・金網・駒場まで



◆◆交通案内◆◆

JR 中央線立川駅南口下車 徒歩 約20分

JR 南武線西国立駅下車 徒歩 約15分

多摩都市モノレール

柴崎体育館駅下車 徒歩 12分

※駐車場がございませんので
お車でのご来園はご遠慮下さい