

# Webによる 介護・健康講座

参加費  
無料!

全6講座  
受講OK



これまで  
**2,549名**  
の方に  
申し込まれました\*

※令和元年度～4年度実績

“いざ介護、辞めない介護。”突然の介護に、いま備えませんか。

「突然、親が倒れた」「そろそろ介護が必要かも」——介護が必要になる「その時」に備えて、介護する人もされる人もあわてないように、まずは介護の基本から学んでみませんか。離職せず介護を続けるための「介護と仕事・生活の両立支援」や「遠距離介護」など、トレンドを含む全6講座のラインナップで、これから皆さまが向き合う「介護」の備えの一助となります。

【無料】申込者限定  
介護相談  
利用できます!



**配信方法** オンラインライブ(Zoomウェビナー・生配信)、後日見逃し配信あり

**講座時間** 1講座約90分(質問回答コーナーあり)

**対象者** 健康保険組合の被保険者及び被扶養者、その他希望者

**募集期間** 令和5年12月1日(金)～令和6年1月31日(水)

**募集人数** 1,000名(先着順)

**申込方法** Web専用フォームからお申込みください  
<https://www.toshinkyo.or.jp/event> (東振協HP内)



見逃し配信あり!

講座メニュー	内容	配信日時
介護保険の基礎知識 	介護保険って何?制度の概要、申請から利用までの流れ、介護に直面したときの心構え、介護の相談窓口など	2月10日(土)10時～
介護と仕事・生活の両立支援	介護と仕事・生活を両立させるための考え方、両立支援のための国の制度、介護をしている方への配慮のポイントなど	2月18日(日)10時～
認知症基礎	そもそも認知症とは?認知症の種類や症状、認知症の方への関わり方・接し方、コミュニケーションのコツなど	2月25日(日)10時～
介護費用 <b>NEW!</b>	在宅介護・施設介護それぞれにかかるサービス費用の目安、介護費用の考え方のポイントなど	3月2日(土)10時～
施設・サービスの選び方	介護保険内外で使えるサービス、適した施設やサービスを選ぶ際のポイントなど	3月10日(日)10時～
遠距離介護 <b>NEW!</b>	遠距離介護を上手に行うためのポイント、遠距離介護を続けるための制度・専門家の活用など	3月16日(土)10時～



申込者限定  
相談窓口

介護支援専門員等の相談員(有資格者)が、介護に関する個別のお悩み・ご相談に電話・メール等にて応じます。無料ですのでお気軽にご利用ください。

お問合せ

(一社)東京都総合組合保健施設振興協会 事務局

TEL 03-3626-7504(平日9～17時)

