

## 1月～2月 介護講座のご案内

講座名	日時	内容	場所	受講料等
介護者の身体の問題解消講座	1月13日(日) 13:30～16:00	介護者の肩こり・腰痛緩和ケア	かごしま県民交流センター	500円
介護職スキルアップ研修 (褥瘡ケア)	2月 7日(木) 10:00～16:30	ポジショニングを意識した介護	かごしま県民交流センター	4,000円
住宅改修研修	2月 8日(金) 10:00～16:30	住宅改修のポイント	かごしま県民交流センター	4,000円
介護職スキルアップ研修 (排泄ケア)	2月13日(水) 10:30～16:30	排泄ケアのメカニズム、 おむつの種類	かごしま県民交流センター	4,000円

\*申込み方法等の詳しいことについては、鹿児島県介護実習・普及センターへお問い合わせ下さい。

## お問い合わせ先

## 鹿児島県介護実習・普及センター

(運営：社会福祉法人鹿児島県社会福祉協議会)

〒892-0816 鹿児島市山下町14番50号  
(かごしま県民交流センター内)

TEL 099-221-6616

FAX 099-239-0384

E-mail kaigo@kagoshima-pac.jp

URL <http://www.kagoshima-pac.jp>

ワンポイントアドバイス・・・今回は、口のケアです！

## 人間らしく？・・・笑う・話す・食べる

うがいは、最高の機能訓練(口・唇・口角・呼吸コントロール)

反復唾液嚥下テストしてみましょう！

のど仏を触りながら30秒間に何回ゴックンができるか数えてみましょう！  
のど仏が指を「コリッ」と乗り越えたら1回と数えます。30秒間で3回未満であれば異常と判断します。



さあ！はじめましょう。 いち・に・さん