

まちだ市民大学HATS 福祉講座(まちだの福祉)

【後期】～町田で迎える、安心した老後～

誰もが迎える「老後」。住み慣れた町で安心した生活を送るためには情報が不可欠です。各方面で活躍されている講師から「老後」を輝かせるヒントを見つけます。

聞き上手、話し上手になりませんか？

相手との会話の中で聞くことの大切さを、2つの会話の具体例から学ぶことができました。お互い気持ちの良い会話ができるように否定せず、相手の話をよく聞きコミュニケーションをとっていきたい。



町田で暮らす
～知っておきたい制度と楽しみ～

町田での暮らしを楽しみたいと思いました。プランングノートを初めて知り、こんなに良い物があることに驚きました。市販の物を購入しなくて済みますね。友人にも伝えたいです。いろいろな学びをさせて頂けることに感謝です。

高齢者のための交通計画

相原地区の今までの歴史や取り組みの過程が詳しくわかり大変参考になりました。これから先高齢化していく地域において交通手段が少しでも便利になっていくように自分たちで考えていくことの大切さを勉強しました。



【公開】私は高齢者でしょうか？と言える社会へ

先生の講演からシニアになってもいろいろな経験をして、人生90年100年の時代にいかに生き生きと元気に生きていく事のヒントを頂きました。(講師の)趣味の多さにビックリ！私のようなものには、ちょっとむずかしいが、参考になりました。

【概要】 前期に中止となった内容を後期(10月～12月、全8回、定員40名)に開催、どなたでも、月曜日 14:00～16:00(一部時間変更あり) 資料代2,000円(2020年度)

〈受講生の声〉

在宅介護の知恵と工夫

介護保険の仕組みを知ろう

実際に申請をする場合の手続きや、受けられる(使用できる)サービスの内容などが具体的にわかりました。

地域に根ざした、とてもいい活動を紹介してもらいわかりやすかったです。自分の住んでいる地域にも同じようなものがあるか、あったら必要になった時に是非利用したいです。実際の介護の話は、とてもよくわかり参考になりました。



高齢者施設での取り組み

高齢化社会になっている現在、介護予防(サルコペニア、自助、食事、たんぱく質を多く取る)、その為に社会的参加、情報を得て孤独にならない事、専門家に相談する事、自分達で考えていくことを学びました。

