

# 令和6年度 講習スケジュール

印西市高齢者就労支援センター

講座名		日数	定員	内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
技 能 系	スマートフォン	2日	10名	メール・カメラ・買い物など、日常生活で活用できる初歩的な機能やスマホを使った諸手続き方法を学びます。		●		●			●		●		●		
	パソコン	5日	10名	初心者を対象に、実際にパソコンを操作しながらExcel・Wordの基本的な知識とスキルを学びます。	●				●						●		
	運転技能	1日	20名	高齢ドライバーの安全運転に関する知識と技量を習得します。(認知機能検査体験・運転技能の指導)		●		●			●		●				
	刈払機操作	1日	5名	除草業務に使える刈払機の操作方法・安全性を学びます。(野外での実習あり)	●			●			●					●	
	植木剪定	1日	10名	植木(垣根・立木)の剪定に関する知識とスキルを習得します。(野外での実習あり)			●			●			●			●	
	障子・網戸張替え	2日	10名	障子と網戸の張替えの基礎知識を学び、実習でスキルを習得します。			●				●						
	襖張替え	2日	10名	襖の張替えの基礎知識を学び、実習でスキルを習得します。				●							●		
	施設清掃	1日	10名	公共施設やオフィス・マンション等の清掃方法、使用する用具や洗剤等の知識を学び、実技にてスキルを身につけます。			●				●						
	ハウスクリーニング	1日	10名	床・浴室・ガラス・網戸・トイレ等、家庭内の清掃について、用具や洗剤、作業方法を、家事支援ができるレベルまで学びます。						●				●			●
	就活セミナー	1日	10名	就労希望の方を対象に、高齢者の多様な働き方や就職活動のポイント(求人情報の収集方法・履歴書の書き方など)を学びます。	●												
教 養 ・ 文 化 系	英会話	8日	10名	海外旅行や訪日外国人と簡単な英会話ができるように、使える英語を習得します。		●		●			●				●		
	救命救急	1日	10名	災害等に遭遇した場合に冷静に対応できるよう、応急手当の知識やAEDの使用方法を学びます。		●						●					
	60歳からの生き方セミナー	2日	10名	コミュニケーション上手になるコツ、夢を見つけて叶える方法など、これからの人生の楽しみ方を学びます。				●							●		
	高齢者サポーター養成	1日	10名	高齢者世帯の暮らしを理解し、介護制度でカバーできない部分のサポートができるよう、家事援助の知識を学びます。								●					
	健康体操	3日	15名	就労に必要な体力の維持向上のため、自宅で取り組むことができる、ストレッチ・筋力トレーニング等を学びます。		●			●			●				●	
	簿記(初級・中級)	5日	10名	初級コース：仕事をする上で最低限知っておくべき経理に関する知識とスキルを習得します。 中級コース：日商簿記3級受験を想定した知識を習得します。	● (初級)				● (初級)				● (中級) (※1)				● (初級)
	ラッピング	1日	10名	商店等で必要とされる、さまざまなものの初歩的なビジネスラッピング技能を学びます。		●				●		●			●		
	実用書道	3日	10名	のし袋や宛て名書きなど、小筆を使って身近な書道を学びます。						●							
	ビューティーセミナー	1日	20名	好感度を高めるメイクや美しい肌のためのスキンケアなどを学びます。							●						
	ヨガ	4日	10名	体力向上や転倒予防のため、柔軟性や筋力、バランス感覚の向上など、自宅でも続けられる基本的なヨガを学びます。										●			