

2024年度

NPO法人 アビリティクラブたすけあい(ACT)



ACT の

## 地域育て・自分育て講座内容

地域福祉の担い手になりたい！  
興味のある講座を1講座から受講したい！  
福祉やコミュニティについて総合的に学びたい！

申込期限 各講座 1週間前

コミュニティとは何か、地域を育てるとは何か、言葉にされていない身近なニーズをどのようにキャッチするかを考える 基礎講座		
6/3(月) 13:00-15:30 オンライン開催	コミュニティケアと ACT安心ネットワーク構想	NPO法人アビリティクラブたすけあい 理事長 豊泉 惣子
コミュニティケアとは？ ACTの安心ネットワーク構想とは？生活クラブ組合員同士のたすけあいから地域のたすけあいへと広がっていったアビリティクラブたすけあい。「誰もが尊厳と生きる喜びをもてる社会」「安心して暮らし続けられるまちづくり」を目指すACTの取組みを紹介します。「こんなとき、あなただったら、誰にSOSを出しますか？」あなたが困ったとき、誰かの助けになりたいとき、自分や相手をどこにどうつなげたらよいか。経験豊富なACT理事長がみなさんと一緒に考えます。		
6/7(金) 14:00-16:30 ハイブリッド開催	発達障がい理解	明星大学教育学部 教授 保健学博士 (一社)こども家族早期発達支援 学会会長 星山 麻木氏
ひとはそれぞれ違います。だからこそ、温かな人との繋がりをつくること、学び合うことが大切です。特性を理解し、場面に応じて、誰かを当たり前支援できることを目指す講座です。支援をするのであれば、まず自分を理解することが大切。自分が虹色だとしたら、どんな配色でしょうか？さまざまなワークを通じて自分を理解し、支援方法の基本を学びます。メディアにも多くご出演される人気講師、星山麻木氏の講座には、毎年たくさんの反響が寄せられます。		
6/10(月) 14:00-16:30 ハイブリッド開催	コミュニティの大切さ	NPO法人森づくりフォーラム代表理事 哲学者 内山 節氏
哲学者の内山節氏から「支えあい結びあう、人の力」「コミュニティの大切さ」について学びます。現代社会の私たちの常識を根底から考え直させてくれる講座です。自然や人々と共存していこうと考え、自然には神々が宿ると信仰してきた昔の人々と、個人の目的を考え、自分を大切にしている現代人。その違いを受け入れたうえで今後どうするべきか。マッキーヴァーのコミュニティ論をはじめとして、哲学的・歴史的な視点からコミュニティの在り方を考えます。何度受講しても新しい発見があり、再受講される方が多数いらっしゃいます。		
6/28(金) 10:00-12:30 ハイブリッド開催	利用者のニーズを理解する	保健師 檜谷 照子氏
暮らしていく上で必要とされる生活上のニーズとは、どのようなものでしょうか。よりよいケアや相談をするためにどのように関係を築き関わっていったらよいのでしょうか。ケアに入るときに「〇〇してほしい」などの依頼があり、訪問を開始します。その依頼がその人が生活していくうえで本当のニーズなのか？を考えます。私たちは、その人らしく暮らしていくために何が必要か、その人と一緒に考え、どのように関係を築いていったらよいか？を学びます。		
7/8(月) 10:00-12:30 ハイブリッド開催	相談、支援のための コミュニケーション	一般社団法人メンタルヘルス協会 代表理事 梅本 和比己氏
相談の基本姿勢と自己への気づき、相談支援とコミュニケーションスキルが講座の全体像。相談に生かすカウンセリングマインド。受容とは？共感とは？エゴグラムワークによる自己理解、グループワークを通して相談、支援のためのコミュニケーションを学びます。心理の専門家として多数のご著書を持つ梅本和比己氏による講座は、気づきの連続。相談、支援に当たる人だけでなく、コミュニケーションを考えるすべての方に受けていただきたい講座です。		

■主催：NPO法人 アビリティクラブたすけあい

詳細・お申込はACTホームページから <https://npoact.org/>



■定員：各講座40名

■参加費：アビリティクラブたすけあい(ACT)会員：無料(年会費3,000円) ACT会員以外の方：3,000円/1講座

※2講座以上受講の場合は、ACTに加入されるとお得です

※加入には3,000円の年会費が必要です

※加入方法はお問合せください

ACT コーディネーターに不可欠な基礎をしっかりと学ば

ACT コーディネーター養成講座 専門講座

<p>8/2(金) 13:30-16:00 オンライン開催</p>	<p>精神疾患の人への 理解と接し方</p>	<p>精神科医師 早稲田メンタルクリニック院長 <b>益田 裕介氏 NEW</b></p>
<p>精神疾患に関する基本的な知識やコミュニケーション上の配慮を学びます。YouTube で精神医学について幅広く分かりやすく解説していらっしゃる献身的な益田裕介氏の活動をご存じの方も多はず。2024 年 4 月時点でチャンネル登録者数 57 万人を超える人気 YouTuber でもある益田氏が ACT の講座に初登壇してくださいませ。主治医はいても定期受診できていない方、服薬管理が上手くいっていない方への対応、また、ケア会議出席の際に求められる病気の知識を得るために。そして、当事者やその家族、ご友人など……。身近な病気、精神疾患について、益田氏の豊富なご経験やお考えに直接触れられるまたとない機会です。</p>		
<p>8/19(月) 13:30-16:00 オンライン開催</p>	<p>子育て支援の意味と サポートの在り方</p>	<p>NPO法人子ども家庭リソースセンター理事長・ 駒沢女子短期大学名誉教授 <b>福川 須美氏 NEW</b></p>
<p>NPO法人「子ども家庭リソースセンター」理事長、NPO 家庭的保育全国連絡協議会理事で駒沢女子短期大学名誉教授の福川須美氏をお迎えしての子育て支援講座。子育て支援の現状や保護者の置かれている社会状況、子どもへの基本的な接し方、産前産後の親への寄り添い方や基本的な構えなどについて伺います。長年大学で情熱的に学生を指導され、多くの保育者を養成して社会に送り出されてきた福川須美氏。子育て支援に当たるケア者や親子の居場所づくりに携わる方など、きっと多くのものを得られることと思います。</p>		
<p>9/2(月) 14:30-17:00 オンライン開催</p>	<p>認知症の病気の理解</p>	<p>精神科医師 浴風会病院認知症疾患医療センター長 <b>古田 伸夫氏</b></p>
<p>治癒が困難であったとしても、早期に気づき、治療・対応することで進行を遅らせることが可能な病気として、認知症に関するさまざまな相談を受けながら診療をされている古田伸夫氏。「進行を遅らせることで、本人・家族の生活を保つ」、「どのような症状・病気でも、人それぞれの気持ちを尊重する」、「家族だけで苦しまずに、家族以外の力を借りる」などケア者としても当事者や家族としても大切にしたい大事な考え方に触れられます。「認知症であっても、その人らしさは大切に」という ACT の理念にも通じる古田氏の講座は、若い世代の方にもぜひ受けていただきたい内容です。</p>		
<p>9/25(水) 10:00-12:30 オンライン開催</p>	<p>ケアを長く続けるために</p>	<p>佛教大学保健医療技術学部・教授 <b>末安 民生氏</b> NPO 法人 ACT・人とまちづくり理事長 <b>香丸 眞理子氏</b></p>
<p>現場の事例をもとにケアを長く続けるために必要なことを学び、考える講座。ケアに当たっている受講者からは、「受講後、気持ちが楽になった」などの声が寄せられます。困難な事例に対してケア者はどう対応すればよいのか、ケア者のメンタルを保つためには、ケア者同士・関係各所でどう連携していけばよいのか。精神看護学を中心に指導に当たってこられた末安民生氏、ケアマネとして福祉の現場をよく知る香丸眞理子氏とともに学びを進める講座は、ケア者はもちろん、管理的立場にある方にぜひお勧めします。福祉分野のみならずさまざまな分野のチーム運営にもつながる内容です。</p>		
<p>10/10(木)14:00-16:30 リアル開催</p>	<p>身体の機能と介護技術</p>	<p>(一社)IWC リハビリテーションマネジメント協会代表理事 理学療法士 <b>仙洞田 洋登氏 NEW</b></p>
<p>一般社団法人 IWC リハビリテーションマネジメント協会代表理事の仙洞田洋登氏による 2 年ぶりの「身体の機能と介護技術」。同法人の HP には、「我々、日本人セラピストが培ってきたリハビリテーションにおける知識力・技術力・環境設定力・指導力、そして何より、『利用者目線の提案』と『患者様や患者ご家族様に伝わる配慮』をアジア人として同じアジアに住まう皆さんと共有し、皆でこれからの時代の QOL(Quality of Life)を構築するために発足しました。」とあります。数々の現場で研修やコンサルティングをされてきた仙洞田氏による理学療法の実践的・実務的な講座。ご家族など身近な人の介護にも役立つ内容です。</p>		
<p>11/7(木)13:00-16:15 オンライン開催</p>	<p>援助計画の立て方 高齢者編 子ども編</p>	<p>NPO 法人アビリティクラブたすけあい 理事長 <b>豊泉 惣子</b></p>
<p>コーディネーターが初回訪問時やコーディネート時に利用者や家族の意向を確認し、その利用者に合わせて作成する個別の計画書、「援助計画」。その人らしく暮らし続けるために必要な支援を行なうために、生活する上で必要な支援内容は何かを表すものです。高齢者編、子ども編の各事例に基づいて、グループに別れ援助計画を作成していきます。利用者を真ん中に考え、心に寄り添いながらも客観的に作成することが求められる援助計画。ACT理事長の実体験をたどりながらの解説を通して、援助をしながら、援助を受けながら互いに心を通わせ成長する様子が学べます。</p>		

基礎講座及び専門講座の全講座を受講された方には修了証書を発行します

まちの縁がわの担い手として知っておきたい現状や知識を学ぶ

まちの相談パートナー養成講座 専門講座

11/15(金) 13:30-15:30 ハイブリッド開催	周田との関りが 難しい人への理解	精神科医師 早稲田メンタルクリニック院長 益田 裕介氏 <b>NEW</b>
精神科医で2024年4月時点のチャンネル登録者数57万人を超える人気YouTuber 益田裕介氏がACTの講座に2度目のご登壇。周田との関りが難しいパーソナリティを持つ方にも、困惑することなく接することを目指します。日々患者さんやYouTube視聴者の相談に答えていらっしゃる益田氏は、どのような心構え、距離感で当事者や家族と接しているのでしょうか。「精神科医がやっている聞き方・話し方」のご著書もある益田氏に病気の影響や過去の辛い経験から被害的になりやすい人、家族とすらまともにコミュニケーションを取れない人の心を開き、心を通わせ、信頼されるために実践されてきたことについて詳しく伺います。		
12/3(火) 10:30-12:30 オンライン開催	認知症本人と家族をささえる	NPO法人アビリティクラブたすけあい SPSD研究会 香丸 真理子
ACTでは2001年より、認知症高齢者研究・研修東京センターの研究主幹永田久美子氏との連携で、認知症模擬演技者(SPSD)の養成に取り組み、認知症介護の人材育成にSPSDを取り入れた研修を行なっています。認知症になっても生きがいを持って生活するために地域でささえあい、できることを考えてみるのが、本講座の目的。これまでの古い考え方「他人事・問題重視・疎外・絶望」から新しい考え方「自分事・可能性重視・参加・希望」へ。できなくなったことより、できること、やりたいことを大切にすること、味方になってくれる人たちを身近なまちで見つけ一緒に歩いていくこと。街で認知症と思われる人に出会った場合の対応について、動画をもとにグループで話し合います。		
12/16(月) 13:30-15:30 オンライン開催	困難を抱えている 親や子どもへの対応	NPO法人子ども家庭リソースセンター副代表 北区子ども家庭支援センター専門相談員 永田 陽子氏 <b>NEW</b>
虐待の問題、ヤングケアラーの問題、親や子を取り巻く環境に問題意識をお持ちの方も多いかと思います。子どもが安心して話せる場を提供するため、子どもの様子から家庭や子どもの問題に気付くため、また、困難を抱えている親や子どもを支援につなげるためのスキルを身に付けたい方にお勧めの講座です。NPO法人「子ども家庭リソースセンター」副代表、臨床心理士、東京都北区子ども家庭支援センター専門相談員の永田陽子氏をお迎えします。子どもや親と接する機会の多い方、子育て中の方、お孫さんの成長を見守る世代の方々、子どもの尊厳を守る活動に関心のある方など、幅広い皆さまに受講していただきたい講座です。		
1/14(火) 13:30-15:30 オンライン開催	まちの機能 ほっとスペース構想	まちの縁がわ東京
「まちの縁がわ」とは、2011年から東京都内12か所で活動している、だれでも利用できる地域の居場所です。カフェや相談、ちょっとした暮らしの困りごとのサポートをしています。「居場所」と「ほっとサービス」そして「気軽な相談」という3つの機能をもった、誰でも気軽に立ち寄れる地域の居場所です。本講座は、まちの縁がわの機能である「相談」を中心に、まちの縁がわの活動の様子を交えながらお話をしていきます。参加者同士意見を交わし合うことで、地域におけるたすけあい拠点づくりの現在が見えてきます。		

基礎講座及び専門講座の全講座を受講された方には修了証書を発行します

- ☎ 1講座からお申込みいただけます
- ☎ 全国どなたでも受講できます
- ☎ ご相談は、電話で承ります

リアル・ハイブリッド開催の会場  
「生活クラブ館」(東京都世田谷区)  
詳しくは、ホームページをご覧ください。

NPO法人アビリティクラブたすけあい(ACT)は、赤ちゃんからお年寄りまで、障がいがあってもなくても、誰もが地域で自分らしく暮らせるように、市民が中心となりたすけあいのまちづくりを行なっています。現在、都内に約5,000人の会員がいます。

講座に関するお問い合わせ・ACTへの加入に関するお問い合わせ  
TEL: 03-5302-0393 Fax: 03-5302-0394  
Mail: kenshu@npoact.net