第5回　尼崎市生活支援サポーター養成研修申込書

申込方法

必要事項をご記入のうえ、下記申し込み先まで電話・メール
QRコード・窓口持参・郵送・FAXによりお申込みください。

申込先

社会福祉法人　尼崎市社会福祉協議会　重層的支援推進グループ
〒661-0033　尼崎市南武庫之荘3丁目24番5号　尼社協ほっと館内

TEL　０６－４９５０－９１０３
FAX　０６－４９５０－９１３６
メールアドレス　jusou@amasyakyo.jp

Web申込は
こちらから ➡

フリガナ		性別
氏名		男・女・その他・回答しない
生年月日	昭和・平成　　年　　月　　日（　　歳）	
現住所	〒　　-	
電話番号	－　　－	
E-mail	@	

〈注意〉判別しにくい文字には、フリガナをつけるなどわかるようにしてください。「-（ハイフン）」「＿（アンダーバー）」「o（オー）」「0（ゼロ）」など

アンケート

・本研修を申し込んだきっかけについて教えてください

□　生活支援サポーターとして就業を予定・希望している
□　生活支援サポーターとして地域活動を予定・希望している
□　その他（　　）

・何がきっかけで本研修をお知りになりましたか？

□　公共施設等に設置のチラシ　□　知り合い　□　市報あまがさき
□　市・社協のホームページ　□ふれあいサロン
□　その他（　　）

＊アンケートのご協力ありがとうございました＊

修了した個人情報は研修の実施等の目的で利用することとし、それ以外の目的に利用することは一切ありません。

あなたの『ちょこっと』が誰かの『助かる』に！



令和８年（2026年）度 第５回
尼崎市生活支援サポーター養成研修



雇用保険受給者の方は、当研修への参加が求職活動の実績になります。
未経験でも安心の全3回！現場で役立つ知識とスキルが身につきます。



「ごはんや着替えは自分でできるけれど、ちょっとのお手伝いがほしいな……」
そんな高齢者が増えています。そこで、今とても大切になっているのが、
「生活支援サポーター」の活動です。特別な経験はいりません。お掃除、洗濯、買い物、ゴミ出し、見守りなど、あなたの「いつもの家事」や「お散歩ついで」にできることばかりです。できる時に、できる事から始めてみませんか？



回	日程	時間
第１回	12月8日（火）	9:50~16:00
第２回	12月10日（木）	10:00~16:40
第３回	12月15日（火）	10:00~14:50

会場

小田南生涯学習プラザ
2階　大会議室２
尼崎市長洲中通1-6-10



※3日間すべて受講できない場合でも、年度内の別日程・別会場で受講（振替）すれば修了できます。

受講料 ¥ 無料

定員 50名（先着順）

申込期間 定員に達するまで

申込方法 電話、FAX、メール
Web申込（QRコード）、
郵送、または窓口持参

本研修全課程（13.5時間）を修了した方には…
①兵庫県下で有効な修了証を交付　②あま咲きコイン400ポイント付与
③認知症サポーターであることの証になるオレンジリングを進呈

主催　尼崎市社会福祉協議会　重層的支援推進グループ
お問い合わせ先　TEL：06 - 4950 - 9103　メールアドレス：jusou@amasyakyo.jp

あなたの**やさしさ**が、
地域の**安心**につながります。

生活支援サポーターとは？



なぜ必要?
「ごみ出しが大変」、「重いお米が買えない」など、
日々の暮らしに困っている高齢者がたくさんいます。

あなたの役割
あなたのちょっとしたお手伝いが、そんな方々の
「これからもこの街で暮らす安心」を支えます。

ポイント
特別な経験は必要ありません。買い物やゴミ出し、お掃除など、
日常のちょっとしたお困りごとをお手伝いするボランティアとして、どなたでも活躍していただけます。

どんな人におすすめ？

- ちょっとしたお手伝いで、地域で活動してみたい方
- 介護施設等で働きたい方、これから働く予定の方
- 定年後の時間を活かしたい方。新しい生きがいを見つけたい方
- 仕事と介護の両立について、今のうちに具体的な準備をしておきたい方

サポーターさんの声



事業所勤務
お買い物のお手伝いを通じ、人生の先輩との交流がとても楽しいです！



地域ボランティア
地域住民さんからの笑顔の「ありがとう」が、自分自身の励みになります！



施設勤務
修了後もフォローアップ研修があるので、養成研修の復習になります！

修了後の活動紹介



介護施設等での
お掃除・お買い物
サポート



身近な困りごとを解決！
ゴミ出しなどの生活サポート



修了後も安心！
仲間とつながる
交流会＆研修

講師紹介

1. 講義の重要なポイント
2. 受講者にひとこと

岡田　久子氏　onlyone 代表



「制度理解」「チームケア」「職務の理解」
「考化と疾病についての理解と介護予防」

1. 制度や疾患など難しく感じることも多くあるかと思いますが、利用者さんやサポーターさんを守る大切なことでもありますので苦手と感じないようお伝えしたいと考えております。
2. 利用者さんの一番身近な最強の味方になっていただきたいです。

稲松真人氏

兵庫県対人援助研修所　主宰



「本人や家族とのコミュニケーション」

1. 「社会福祉とは？」というところから、「対人援助」という「人間関係」におけるコミュニケーションについて、学びたいと思います。
2. あまり難しく考えず、研修を前向きに楽しむ姿勢を大切に。知識をインプットするだけでなく「考える」ということを意識してください。

中林弘明氏

株式会社シルバージャパン
代表取締役



「自立支援の理論と実践」

1. 超高齢社会に向けて、自立した生活とは、支援をするってどんな支援のことなのか等、介護保険制度から実践について、また、歳を重ねても、元気で健康長寿を目指すポイントを学んでいただきます。
2. 尼崎市で介護保険制度の開始から 25年間ケアマネジャーとして関わってきた経験を通して、わかりやすくお話しします。

太田吉彦氏　（ビデオ講義・テキスト監修）太田川口法律事務所 弁護士
成年後見等支援センター職員

「高齢者等の尊厳の保持」

1. 私たちの国、日本の法律の「King of Kings」は「憲法」です。
では、その憲法の「King of Kings」は何のか、皆さんご存じですか？
それは、第13条（幸福追求権）です。
2. お世話する人もされる人も（この講習に参加する方もされない方も）、今より、ほんのわずかでも、「幸福」を「感じ」られれば良いかなぁ、と思います。

労働者協同組合はんしんワーカーズコープ　代表理事　馬場　義竜氏
あま社協ホームヘルプサービスセンター　管理者

「尼崎市の現状」