

講習内容と講習時間の目安

種別	講習内容	時間	教材 (任意)	
救急法	①心肺蘇生とAEDの使い方	<ul style="list-style-type: none"> ・ 胸骨圧迫と人工呼吸 ・ AEDの仕組み、実際の使い方 	120分	 『知っていれば安心です』販売価格：53円  『救急法の基礎知識』販売価格：53円
	②気道異物除去	<ul style="list-style-type: none"> ・ のどに物が詰まったときの対応 	30分	
	③急病時の対応	<ul style="list-style-type: none"> ・ 観察、寝かせ方、知識 	60分	
	④けがをした時の対応	<ul style="list-style-type: none"> ・ 三角巾を使った手当 ・ 止血 	120分	
水上安全法	①水の事故防止と監視のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・ 服を着たまま水に落ちる事故 ・ 泳ぎに行く前に知っておくこと ・ プールのチェックポイント ・ 監視者の心得 	30分	 『ルールを守ってたのしい水泳・水遊び』販売価格：53円
	②着衣泳	<ul style="list-style-type: none"> ・ 着衣で水に落ちた時の対応 ・ 呼吸ができる浮き方 ・ 移動、救助の方法 	60分	
	③救助方法と救助器具の使い方	<ul style="list-style-type: none"> ・ 安全、確実に救助する方法 	60分	
幼児安全法	①心肺蘇生とAEDの使い方	<ul style="list-style-type: none"> ・ 胸骨圧迫と人工呼吸 ・ AEDの仕組み、実際の使い方 	120分	 『こどもの看病手当のしかた』販売価格：53円
	②気道異物除去	<ul style="list-style-type: none"> ・ のどに物が詰まったときの対応 	30分	
	③子どもの特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・ 成長と発達 ・ 発達と起こりやすい事故 	60分	
	④子どもに多い病気と看病とは	<ul style="list-style-type: none"> ・ かかりやすい病気とその対応 ・ 観察の仕方 ・ アナフィラキシー、食物アレルギー 	60分	
	⑤子どもの事故防止と手当	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子どもに起こりやすい事故とは ・ 発達段階に合わせた事故防止、安全対策 ・ 実際の手当の仕方、接し方 	60分	
	⑥災害時の乳幼児支援	<ul style="list-style-type: none"> ・ 災害時に気を付けたいからだところのサイン ・ 心地よく生活するために ・ 接するときの心遣い 	90分	

種別	講習内容	時間	教材 (任意)	
健康 生活 支援 講習	①健やかな高齢期を迎えるために	<ul style="list-style-type: none"> 健康寿命をのばすには 生活習慣病の予防 フレイル（虚弱）を知る、予防 ストレッチ、筋力トレーニング 	60分	 <p>『地域で支える認知症』 販売価格：53円</p>
	②高齢期の理解	<ul style="list-style-type: none"> 加齢に伴うからだところどころの変化 健康管理 	15分	
	③高齢者に起こりやすい病気や事故の予防	<ul style="list-style-type: none"> 転倒、転落、入浴中の事故など 急病への対応について（肺炎、心筋梗塞、脳卒中など） 窒息時の手当の方法について 	60分	
	④脱水、熱中症	<ul style="list-style-type: none"> 脱水の誘因と予防 高齢者に熱中症が多い原因、予防 	30分	
	⑤自立した生活を続けるために	<ul style="list-style-type: none"> 自立した生活をめざすために 自立支援について 自らからだを動かす 	30分	
	⑥移動、車いす	<ul style="list-style-type: none"> 杖や歩行車を使用する場合の留意点 車いすを使用する場合の留意点 	60分	
	⑦食事	<ul style="list-style-type: none"> 加齢に伴う変化、必要な工夫 健口体操 	30分	
	⑧排泄	<ul style="list-style-type: none"> 加齢に伴う排泄トラブル トイレの環境 骨盤底筋体操 	30分	
	⑨ホットタオル、手浴、足浴	<ul style="list-style-type: none"> からだの清潔を保つ リラクゼーションのための方法 	60分	
	⑩認知症について	<ul style="list-style-type: none"> 地域包括ケアシステムとは 認知症の種類や対応、予防など コグニサイズ 	60～90分	
	⑪レクリエーション	<ul style="list-style-type: none"> 軽い体操、じゃんけんあそび、体操など 	60分	
	⑫リラクゼーション	<ul style="list-style-type: none"> スキンシップの効果 	60分	
	⑬ハンドケア	<ul style="list-style-type: none"> ハンドケアの仕方とコミュニケーションの取り方 	60分	
	⑭避難生活支援	<ul style="list-style-type: none"> 災害が高齢者や子どもへ及ぼす影響 避難所での知識 	90分	

講習内容と時間はあくまで目安のため、人数などにより多少変更します。

同じ講習種別の場合、内容は組み合わせ自由です。ご不明点等はお気軽にご連絡ください。