

# 災害時の高齢者生活支援学習会

## 災害時に家族や地域を支援するために



**日時** 2016年9月15日(木)・16日(金)

13:00~15:00(受付/12:30)

※両日とも同じ内容です。ご都合のよい日をお選びください。

**場所** 日本赤十字社 副都心線東新宿駅出口B1すく  
東京都支部 5F 講習室

**定員** 各30名(先着順) 6人以上で開催

**対象** 高齢者とその家族、地域ボランティア活動をする方、災害対応に興味のある方など。  
年齢・性別を問いません。

**参加費** 組合員:無料 保育なし  
非組合員:100円

災害時の高齢者生活支援は、ご家族の方はもとより、地域の人々の支援が不可欠です。この学習会では、災害時に高齢者の不安を軽減し、安心して過ごしていただくための知識・支援技術について学びます。



お申し込みは裏面をご覧ください

プログラム

こんなことを学びます

講習・実技は日本赤十字社のインストラクターが行います。

～持ち物～

- 筆記用具
- 動きやすい服装(肘や膝のつけるもの)
- 手ぬぐいサイズのタオル2枚

避難所の暮らし、  
気をつけたい病気や  
症状って？

慣れない環境の中では、  
高齢者が体調を崩したり、  
持病悪化の恐れがあります。  
健康状態をよく観察し、  
病気の予防につとめる  
ためには？



災害が高齢者の  
ところとからだに及ぼす  
影響を知ろう

避難所でも普通の  
生活を送るための  
環境の整え方を  
紹介します。



ところとからだの  
リラクゼーションを体験

災害時において支援するために、  
基本的な技術を学びます。



後援：コープ共済連

大好評 **3人** 集まったら

組合員以外の友達OK

出前 ライフプラン学習会

参加費 ひとり200円  
(資料代込み)

●メニュー：下記の中から選んでください。

**1** 見てわかる保険のしくみ  
・わが家に合った生命保障と医療保障がわかります。  
・私の保障は間違っていない？

**2** 子どもに生きる力を身につける  
金銭教育のはなし  
・電子マネーやネットで買い物。  
きちんとルールを話していますか？  
・おこづかいはいつからあげればいいのかしら？

**3** 子どもに生きる力を身につける  
社会保険制度のはなし  
・健康保険や介護保険の制度を  
理解していますか？



**4** 夢をかなえる  
ライフプランの作り方  
・「わが家」の未来図を作ります。

**5** お金がたまるツボ(投資信託編)  
・よくわからないですすめられる  
ままに買っていませんか？

**6** NISAとジュニアNISA  
・NISAの基礎から投資対象  
の考え方等をお話します。

**7** 女性と年金  
・知って得する私の年金  
・「年金分割」ってなに？

**8** エンディングノート  
・なぜ必要？ 若くても必要？

**9** 終の住みか  
・老後、あなたは  
どこに住みたいですか。

◇開催日：月～金(午前10時～午後4時) ◇所要時間：2時間程度  
◇講師：ライフプランアドバイザー／清田裕理・金田和子  
◇ご自宅でもお近くの公共施設をお取りいただいても結構です。  
\*その他ご希望のテーマがありましたらご相談ください。

無料学習会

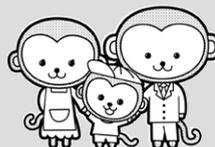
祭日でもOK・ひとりでもOK!

保障の見直し出張相談

～ファイナンシャルプランナーがご自宅まで伺います。～

保険のCMの多さにビックリですね。ご自分の加入している  
保険の内容はご存知ですか。一度確認してみませんか。

◇開催日：月～金(午前10時～午後4時)  
◇所要時間：2時間程度  
◇内容：●保険・共済の基礎知識  
●保険証券の読み方  
●保障の見直しポイント など  
◇講師：ライフプランアドバイザー／  
清田裕理・金田和子



※ご要望があればCO・OP共済の説明は致しますが、勧誘行為はしていません。

「過去の自分(家族)に一言」に関することならどんなことでも

賞品内容

**最優秀賞** 1名様 東都商品またはクオカード 5,000円分

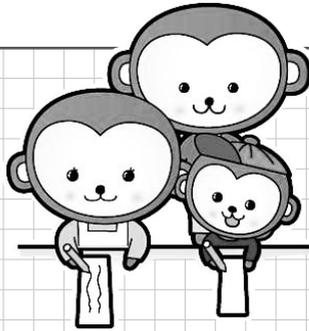
**優秀賞** 3名様 東都商品またはクオカード 3,000円分

**佳作** 10名様 東都のお茶 「やぶきたみどり」

**参加賞** エコバック

応募要項

- ① 応募資格 / 組合員さんとそのご家族(1人1作品・未発表の作品限定)
- ② 応募方法 / 下記の応募用紙に必要事項をご記入の上、配送担当者にお渡しいただくか、メールまたはFAXでご応募ください。
- ③ 募集期間 / 2016年8月29日(月)～10月31日(月)
- ④ 結果発表 / 入選作は「LPAだよりNo.4」で発表予定です。
- ⑤ 賞品のお渡しは2017年2月上旬頃を予定しております。
- ⑥ 応募された作品の著作権は東都生協及びコープ共済連に属します。尚、応募作品は返却いたしません。



◎ 昨年の最優秀作品(昨年のお題は「家族の保障」)  
亭主より  
保険が頼み我が老後  
〈春の樹〉さん

10/31(月) 締切

組合員の皆様から

お題「過去の自分(家族)に一言」

大募集

くらしの川柳

9~10月 開催

連続学習会

ライフプラン連続講座

- 9/14(水) 午前(10:00~12:30) ▶ 社会保険と公的年金の基礎知識  
午後(13:30~16:00) ▶ 生命保険と損害保険の基礎知識
- 9/21(水) 午前(10:00~12:30) ▶ 税金の基礎知識  
午後(13:30~16:00) ▶ 資金計画と住宅ローンの基礎知識
- 10/12(水) 午前(10:00~12:00) ▶ 子育て世代のライフプランの作り方  
予定 午後(13:00~15:00) ▶ セカンドライフプランの作り方
- ◇ 講師: 清田裕理・金田和子(ライフプランアドバイザー・FP技能士1級)  
◇ 参加費: テキスト代1,000円(全5冊) 単発参加 各250円  
◇ 定員: 30名 ◇ 持ち物: 筆記用具・電卓

自分らしいセカンドライフ

- ~50歳・今なら間に合うラストチャンス!!~
- 9/29(木) ① ライフデザインを作ろう  
13:30~15:30 ② ねんきん定期便の見方  
③ 今後の資金作り  
④ エンディングノートを知ろう
- ◇ 講師: 金田和子(ライフプランアドバイザー・FP技能士1級)  
◇ 参加費: 組合員100円 / 非組合員200円  
◇ 定員: 40名 ◇ 持ち物: 筆記用具・電卓・ねんきん定期便

会場: 東京都消費生活総合センター16F 学習室A

後援: コープ共済連

お申込み・お問い合わせ先 ..... 東都生協 共同購入事業部 共済グループまで

E-mail **kyousai@tohto.coop**

TEL. **03-5384-7861**

▶ 受付時間 10:00~17:00 祭日も可 土曜・日曜休業

FAX. **03-5384-1641**

※お申込み時に組合員コードと連絡先電話番号(昼間)をお知らせください。  
※お申込み時の個人情報は、学習会・講演会のみを使用いたします。

キリトリ線

川柳応募用紙 **お題** 「過去の自分(家族)に一言」

〈共済グループ行〉

メールでお申し込みの場合は下記の内容を明記してください。

作品

センター名	組合員番号	<input type="text"/>
お名前	(ペンネーム)	<input type="text"/>
ご連絡先 〒	TEL ( ) -	<input type="text"/>

川柳の解説	<input type="text"/>
-------	----------------------