

令和8年度(2026年度)福祉・家事援助サービス事業 各種研修日程

※研修は東京都内のシルバー人材センター会員の方が対象です。
※日程や場所など、変更になる場合があります。

☆家事援助サービス基本研修

研修名	定員	日数	日程	会場
1 家事援助サービス基本研修①	25	2	6月4日(木)・5日(金)	東京しごとセンター
2 家事援助サービス基本研修②	25	2	12月10日(木)・11日(金)	三多摩労働会館

☆生活支援サービス研修

研修名	定員	日数	日程	会場
1 生活支援サービス研修①	25	5	5月12日(火)、14日(木)、18日(月)、19日(火)、26日(火)	三多摩労働会館
2 生活支援サービス研修②	25	5	10月15日(木)、19日(月)、22日(木)、23日(金)、28日(水)	中野セントラルパーク
3 生活支援サービス研修③	25	5	12月3日(木)、4日(金)、7日(月)、10日(木)、15日(火)	すみだ産業会館
4 生活支援サービス研修④	25	5	令和9年2月22日(月)、25日(木)、3月1日(月)、2日(火)、4日(木)	三多摩労働会館

☆生活支援サービス研修(家電・洗剤)

研修名	定員	日数	日程	会場
1 生活支援サービス研修(家電・洗剤)①	15	2	7月7日(火)・8日(水)	中野セントラルパーク
2 生活支援サービス研修(家電・洗剤)②	15	2	9月3日(木)・4日(金)	三多摩労働会館
3 生活支援サービス研修(家電・洗剤)③	15	2	11月19日(木)・20日(金)	すみだ産業会館
4 生活支援サービス研修(家電・洗剤)④	15	2	令和9年3月8日(月)・9日(火)	三多摩労働会館

☆生活支援サービス研修(調理)

研修名	定員	日数	日程	会場
1 生活支援サービス研修(調理)①	15	1	6月25日(木)	新宿区「ここから広場」しごと棟
2 生活支援サービス研修(調理)②	15	1	10月7日(水)	府中市市民活動センタープラッツ
3 生活支援サービス研修(調理)③	15	1	11月27日(金)	港区立男女参画センターリーブラ
4 生活支援サービス研修(調理)④	15	1	令和9年1月28日(木)	府中市市民活動センタープラッツ

研修を受講するには

「生活支援サービス研修」の全日程を一度に受講できない方は、受けられるカリキュラムだけでも是非受講ください。次回以降の研修で未受講のカリキュラムを補講として受講することができます。

所属されているシルバー人材センターへお申し込みいただけます。
(まだ会員でない方は入会手続きをしてください。)

東京しごと財団が各シルバー人材センターからの推薦に基づき受講者を決定します(先着順となります)。

東京しごと財団から、受講決定者へ受講決定通知と研修についてのご案内をご自宅へ郵送いたします。

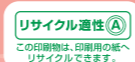
研修の概ね1か月前から各シルバー人材センターで受講者の募集を開始します。
受講料は無料です(テキスト、上級救命講習受講等全て無料です)。

研修に関するお問い合わせはこちらへお気軽にお問い合わせください。

公益財団法人 東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合)
総合支援部 シルバー人材センター課 シルバー講習担当係
TEL 03-5211-2326



<https://www.shigotozaidan.or.jp/> <https://www.tokyosilver.jp/>

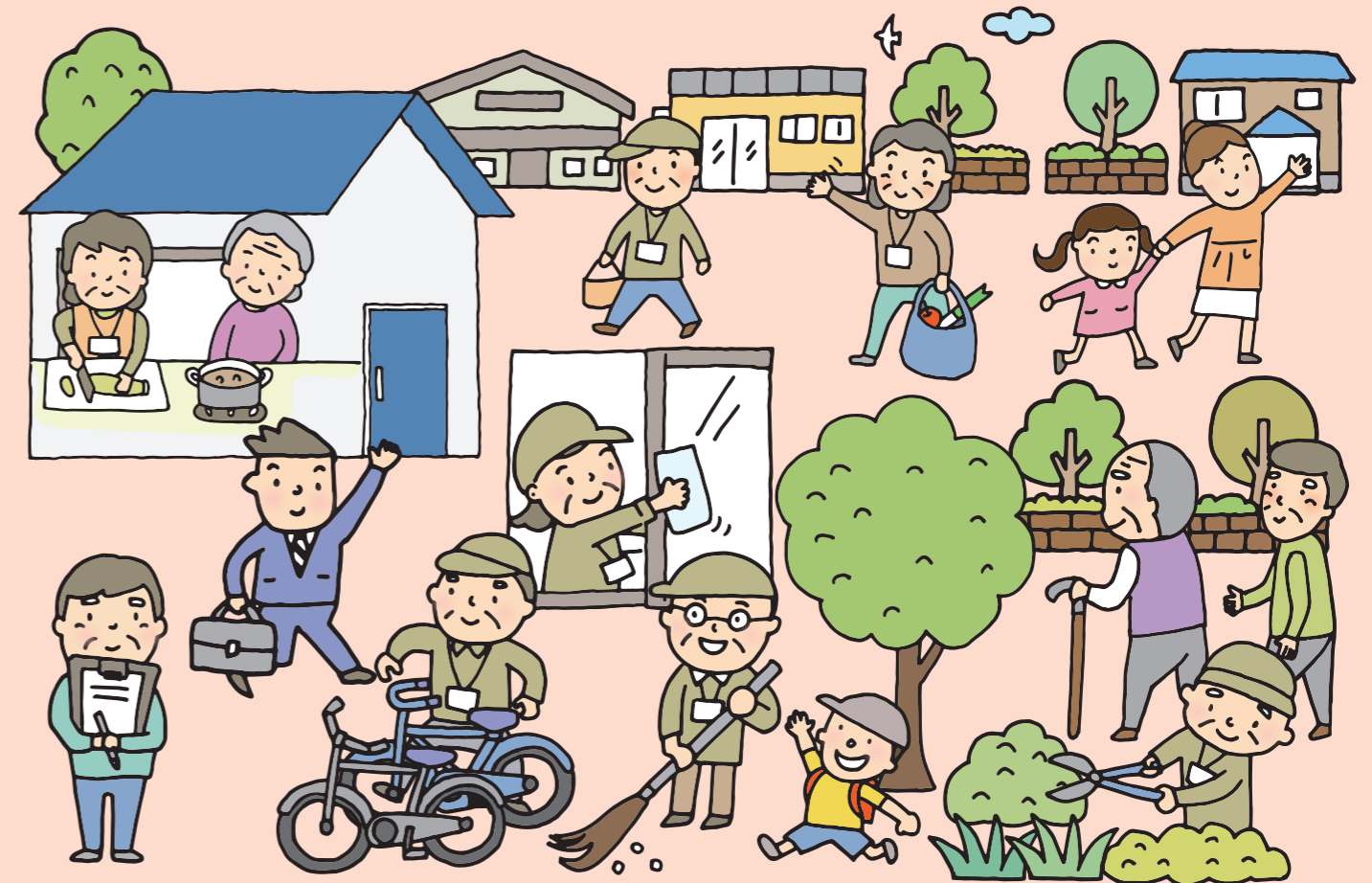


発行月:令和8年4月

令和8年度(2026年度)福祉・家事援助サービス事業 研修のご案内

元気なシルバーが地域を支える!!

学んで一歩先へ!!



「家事援助サービス、生活支援サービスで働こうと思っている」
「すでに働き始めた」「介護保険制度を知りたい」など
安心して働くために、働いてよかったと思えるために、ぜひ研修を受けてみましょう!



公益財団法人 東京しごと財団
(東京都シルバー人材センター連合)

シルバー人材センターは地域を支えています！

生活支援サービス研修

年4回

介護保険制度の改正に伴い「介護予防・日常生活支援総合事業（新総合事業）」の生活支援サービスを担当するシルバー人材センターが東京都内全シルバー人材センターの半数以上となっています。また、各シルバー人材センターでは介護予防や認知症対策が課題となっています。本研修では、生活支援サービスの基本を、介護保険制度や認知症の理解などと共に学びます。

■主なカリキュラム（基本型）※消防署の都合等によりカリキュラムの日程の順番が変更になることがあります。

1日目 5.5H	2日目 5H	3日目 5H	4日目 8H	5日目 5.5H
<ul style="list-style-type: none"> ● 地域福祉サービス ● 介護保険制度 	<ul style="list-style-type: none"> ● 生活支援の基本 (ヒヤリハット、記録・報告の方法、生活支援の実際等) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症サポーター養成研修 ● 老化の理解 ● 利用者の理解とコミュニケーション 	<ul style="list-style-type: none"> ● 上級救命講習 消防署にてAED使用法、心配蘇生法、外傷の応急処置などを学びます。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 支援における尊厳の保持・自立支援 ● 5日間の研修の振り返り

上級救命講習も含めて
各5日間



「生活支援の基本」では、受講者の方向士で実際に車椅子に乗る、車椅子を押すという貴重な体験が得られます。

3日目の「認知症サポーター養成研修」を受講すると、認知症を支援するサポーターの「目印」としてオレンジ色のブレスレットの「オレンジリング」をお渡しします。(認知症サポーターとは、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けをする人です。)



認知症サポーター養成講座受講生の感想

- ▶ 認知症の方がどう感じるかを学び、優しい気持ちになれる素敵な講座。
- ▶ 認知症の方が暮らしやすい社会を作るお手伝いができたらと思った。
- ▶ これまでよく知らなかったことだが、講座を受けたことで学びを得ることができた。
- ▶ 認知症サポーターとして、少しでもお役に立てるようにシルバー人材センターを通じてがんばりたい。
- ▶ 必要なサービスへつなげることも、認知症支援であるということを受講して初めてわかった。
- ▶ 認知症の方の行動一つ一つに意味があること、病気による影響もあることを初めて知った。

研修を受講した受講生の皆様の声

- ▶ 超高齢社会に向けて、介護される側、サービスする側がともに生き生きと活動できる場があることを、この研修を受講して学び得ることができた。
- ▶ 難しい介護用語も、実例をあげたわかりやすい講義であったので理解しやすかった。経験を積んでサービス向上を目指してゆきたい。
- ▶ 認知症の事を、わかっているようであまりわかっていない事に気づけた。生活支援サービスには、“尊厳”がベースにあるという事が理解出来た。

家事援助サービス基本研修

年2回

初めて就業しようとする方向けの基本的な研修です。「家事援助サービス」ってどんな仕事なの？ どのような点に気をつければ良いの？ など。疑問や心配に専門講師がお答えします。シルバー人材センターの職員や先輩会員が、就業現場でのあるあるにお答えします。

■主なカリキュラム（過去の研修例）

1日目 5H	2日目 5H
<ul style="list-style-type: none"> ● 福祉・家事援助サービスの基本 ● 福祉・家事援助サービスの実際（共にシルバー人材センター職員及び会員の体験発表） 	<ul style="list-style-type: none"> ● 福祉・家事援助サービスにおける接遇及び個人情報保護 ● 福祉・家事援助サービスにおける安全就業

各2日間



元気シルバー
あなたの出番!!



生活支援サービス研修(家電・洗剤)

年4回

会員の方などからご要望の高かった、「家電の正しい取り扱い方法」や「適切な住居用洗剤の使い方」をテーマにした研修を開催いたします。家電を扱う際の注意点やポイント、また、住居用洗剤について扱う際の注意点やポイントを学び、安全に就業するための研修です。新たに家事援助サービスに従事する会員の方も、経験豊富な会員の方や会員コーディネーターの方もぜひご参加下さい。

■主なカリキュラム

1日目 4.0H	2日目 3.5H
● 家電の正しい取り扱い方法	● 適切な住居用洗剤の使い方

各2日間



生活支援サービス研修(調理)

年4回

生活支援サービスを利用される方に向け、必要な食事を提供するための基本を学ぶ研修です。サービスの提供時、限られた時間の中で発注者に満足いただくための調理テクニックや工夫点、会員が陥りやすい問題点など、実習と講義で学びます。



■主なカリキュラム

午前 2.0H	午後 2.0H
● 調理実習	● 講義

各1日間

