

あなたの人生設計が狂わないよう！体験者が語る備えておきたい知識を終結

「突然の介護に備える介護準備学」

～いざ家族で介護が必要になったらどこに相談するか、介護の費用は知っていますか？～

時 間	項 目	内 容	講 師
10:00～10:15	はじめに	●開講あいさつ	
10:15～12:15	<講義> ■破綻しないための 介護のポイント 制度、費用、心構え	～いざ家族で介護が必要になったら？～ 介護の準備を考える際、その費用は必ず大きな心配となります。またサービスを活用するポイントや、一人で抱え込まない介護体制をつくるポイントを解説します ●要介護の原因と期間・費用 ●介護のパターンと心構え ●介護が始まる時 緊急入院時から考えておきたい「どこで介護」するか 【介護場所を決める5つの要因】 ●介護の相談窓口の活用法 ●介護保険で活用できるサービス ・介護支援専門員と立てるケアプランと自己負担 ●知っている困らない“活用したい各種制度”の解説 ●質疑応答	NPO 団体 介護専門職等
12:15～13:00	昼 食		
13:00～14:50	<講義> ■いざ介護になった 時を考えて！	●介護離職は考えない、自身の人生設計を考える ・老後に必要な生活費 ・暮らしと年金について ●介護を考えての計画ある年金、保険、貯蓄とは ・介護になる前のきちんとした備えとは ●貯蓄でどのように介護をするか ●何が困難になるか考えてみよう（遠距離、別居） ●質疑応答	NPO 団体 介護専門職等
14:50～15:00	おわりに	●閉講あいさつ ・アンケート記入	