

**無料!**

**健康・介護・子育て支援教室をオンラインで受講!**

インターネットの接続費用は自己負担となります。

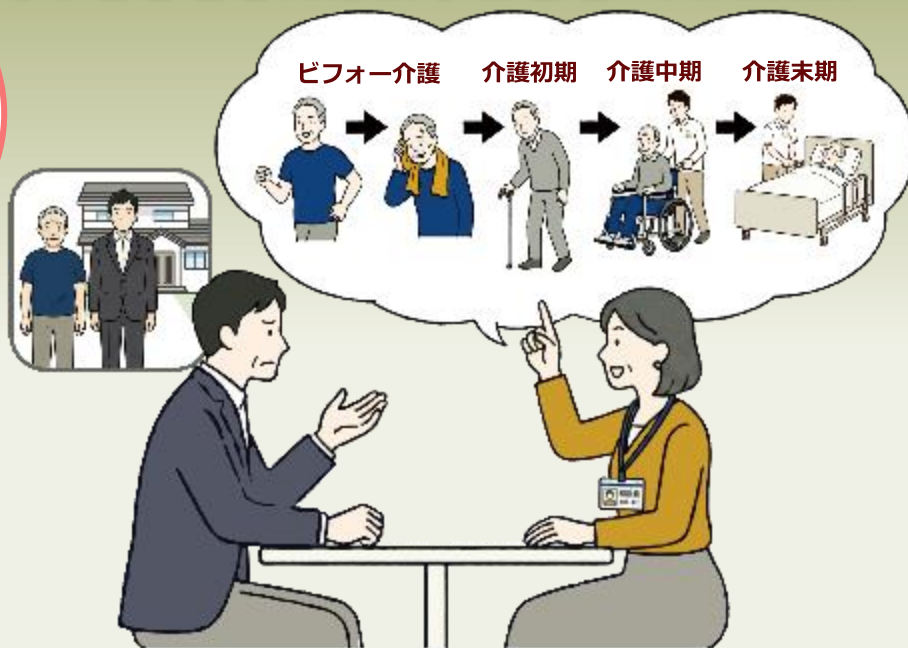
【時系列介護準備コース】

自宅で動画を見ながらしっかり学べる! ビフォー介護からアフター介護までの知識が満載

# 時系列で見る、後悔しないためにやるべきこと

ビフォー介護からアフター介護まで、  
そのときどきに必要なことを一気に解説

どこでも  
受講できる  
**LIVE配信**  
Zoom ウィбина  
2026年10月7日  
PM7時~



## 講座のポイント

### ビフォー介護からアフター介護までの必要なことを学ぼう

親との対話、制度の活用などについて「いつ、何を、どのようにすれば良いのか」を時系列に沿って学べます。当日質問もOK!

**日時**

2026年10月7日(水)  
19時00分~20時20分

### 【講師プロフィール】横井 孝治 氏 (株式会社コミュニケーター代表取締役)

離れて暮らしていた両親が2001年に要介護となったのをきっかけに、介護問題に対して強い関心を持つようになる。現在は、介護関連の複数のWebサービスを運営するかたわら、日本全国での講演活動、書籍などの執筆活動、テレビや新聞、雑誌などのメディア活動を展開。

シチズン健康保険組合

## ■「時系列介護準備」コース オンラインLIVE配信型カリキュラム

	項目	内容
カリキュラム	はじめに	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本セミナーのポイント</li> <li>・自己紹介</li> </ul>
	こんな状況、あなたならどうする？	
	最初に知っておきたい5つのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護のことについて、親はウソをつきがち</li> <li>・介護は一時的な「イベント」ではなく、長期間継続する「日常」</li> <li>・自分ひとりで抱え込むのは失敗のもと</li> <li>・親の言いなりになるのは NG</li> <li>・周囲の言いなりになるのも NG</li> </ul>
	ステップ別の対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【ステップ別の対応（例）①】ビフォー介護</li> <li>・【ステップ別の対応（例）②】介護初期</li> <li>・【ステップ別の対応（例）③】安定期 その1</li> <li>・【ステップ別の対応（例）④】介護中期</li> <li>・【ステップ別の対応（例）⑤】安定期 その2</li> <li>・【ステップ別の対応（例）⑥】介護末期</li> <li>・その他の両立事例</li> </ul>

データが大容量となりますので、従量制のデータ通信プランでご覧いただきますと、高額の通信料がかかることがあります。視聴の際は、容量無制限の高速インターネット環境をご利用ください。

### 【個人情報の取り扱い】

参加申込書に記載された個人情報は、講座の教材と視聴のためのID/パスワードを発送するため、健康・介護・子育て支援教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団に提供します。

シチズン健康保険組合