

# 家族介護者向け 支援事業のご案内

在宅で高齢者を介護しているご家族が日頃困難に感じている  
介護方法について、経験豊富なホームヘルパーが電話やオンラ  
インツール、自宅訪問によりアドバイスをを行います。

- ◇対象者 千葉市内に住所を有し、居宅で高齢者を介護している家族の方  
(今後介護をする見込の家族の方も対象です)
- ◇アドバイザー 経験豊富なホームヘルパー等がアドバイザーを務めます
- ◇利用料 無料
- ◇利用時間 平日 午前 9 時～午後 5 時  
土曜日 午前 10 時～午後 1 時 ※日曜日・祝日・年末年始は休み  
(訪問レッスン 60 分/回、オンラインレッスン 30 分/回)

## ◇申し込み・問い合わせ先◇

〒260-0026 千葉市中央区千葉港 4-3 千葉県社会福祉センター4 階  
千葉市家族介護者支援センター

電 話：043-302-2017 FAX：043-242-6376

E-mail：[chihokyo@kfz.biglobe.ne.jp](mailto:chihokyo@kfz.biglobe.ne.jp)

<千葉市ホームページ>

「家族介護者支援」をキーワードに入力して検索してください。



「こんなときはどうしたらいいの?」、「自分の介護方法はこれで大丈夫?」など、  
疑問や心配ごと・お困りごとについて相談することができます。  
ご自宅での介護方法のほか、介護サービスとの上手な併用や利用方法もあわせて  
ご案内します。ひとりで悩みを抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。

\* 事業の詳細は裏面をご覧ください。

## 1 電話相談

介護をする中で、方法がわからず困っていることや負担に感じていること、心配ごとなどについて、アドバイザーに電話で相談することができます。

### ◇電話相談利用方法

家族介護者支援センター（電話： **043-302-2017** ）にお電話ください。

## 2 訪問レッスン

アドバイザーが家族介護者または高齢者のご自宅に伺い、実技を交え分かりやすくアドバイスします。ご自宅の状態や家族介護者・高齢者の様子を踏まえ、ひとりひとりの実情にあった介護方法を丁寧にお伝えします。

### ◇レッスン時間 60分/回

### ◇訪問レッスン利用方法

千葉県家族介護者支援センターへ電話・FAX・郵送でお申し込みください。

お申し込みの確認後、アドバイザーが申込者へ連絡し、レッスンの日程調整を行います。

当日は、アドバイザーがご自宅に伺い、訪問レッスンを行います。

## 3 オンラインレッスン

食事介助、移動介助、排泄介助、入浴介助など、さまざまな介護方法についてコツをお伝えします。オンラインレッスンですので、ご自宅の様子や用具を画面越しに確認し、アドバイスすることも可能です。お困り事・心配ごとについて相談することもできます。

### ◇レッスン時間 30分/回

### ◇オンラインレッスン利用方法

オンラインレッスンには Zoom を利用します。

下記の必要事項を明記の上、千葉県家族介護者支援センターへメールでお申し込みください。

メールを受理後、相談日時・ID・パスワードなどをメールで通知します。

### 【お申込みメール送付先】

千葉県家族介護者支援センター E-mail : [chihokyo@kfz.biglobe.ne.jp](mailto:chihokyo@kfz.biglobe.ne.jp)

### 【お申込みメールに記載する内容】

メール件名	オンラインレッスンの申し込み
メール本文	1. レッスン受講者の氏名(フリガナ) 2. 住所 3. 電話番号 4. 利用希望日時（第3希望まで） 5. 介護が必要な高齢者の方の情報（性別、年齢、身体の状態） 6. 相談内容の趣旨

### 【オンライン相談の注意事項】

- ・相談は無料で利用できますが、通信料等は利用者負担となります。
- ・Zoom ミーティングの参加 URL、ID、パスワードは第三者には提供しないでください。
- ・盗聴や盗み見の恐れのある公共の場等では使用しないでください。
- ・Zoom の利用により発生するいかなる損失や被害については、千葉県および千葉県家族介護者支援センターは一切の責任を負いません。



\* この資料の掲載内容は令和4年1月末時点の情報です。