

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】

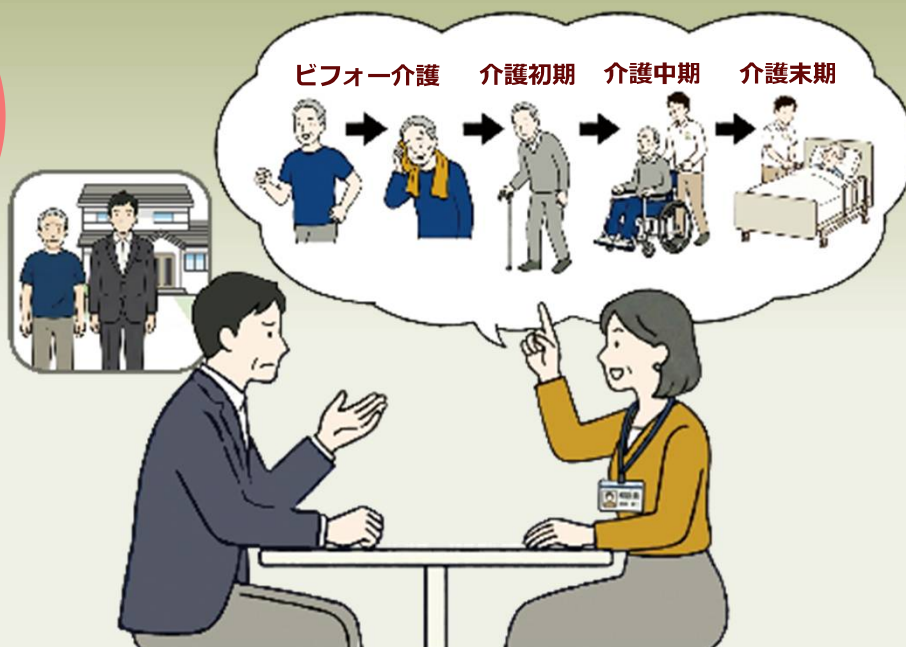
自宅で動画を見ながらしっかり学べる！ビフォー介護からアフター介護までの知識が満載

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

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。

J-オイルミルズ健康保険組合

■「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

カリキュラム	項 目	内 容
	はじめに	・本セミナーのポイント ・自己紹介
	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	・介護のことについて、親はウソをつきがち ・介護は一時的な「イベント」ではなく、長期間継続する「日常」 ・自分ひとりで抱え込むのは失敗のもと ・親の言いなりになるのは NG ・周囲の言いなりになるのも NG
	ステップ別の対応	・【ステップ別の対応（例）①】ピフォー介護 ・【ステップ別の対応（例）②】介護初期 ・【ステップ別の対応（例）③】安定期 その 1 ・【ステップ別の対応（例）④】介護中期 ・【ステップ別の対応（例）⑤】安定期 その 2 ・【ステップ別の対応（例）⑥】介護末期 ・その他の両立事例

応募要項	[申込対象]	被保険者及びその家族
	[申込方法]	オンライン講座は、1名のお申し込みで同居されているご家族の皆様でご覧いただけます。
	[申込締切]	下記の参加申込書に必要事項を記入の上、 メールまたはFAX で下記あて先までお申し込みください。お申し込み後、動画視聴に必要なアドレス・ID・パスワード等を直接メールでお送りします。
	[受講者への通知]	2026年 9月 28日（月）到着分まで お申込みいただいた方の指定アドレスに研修サイトの案内が届きます。
	[申込・問合せ]	J-オイルミルズ健康保険組合 担当：天野・豊澤 住所：〒104-0044 東京都中央区明石町8-1 TEL：03-5148-7102 FAX：03-5148-9950 E-mail: jom.kenpo@j-oil.com

データが大容量となりますので、従量制の機器でご覧いただきますと、高額な通信費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につながれている機器をご利用ください。

【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。