

令和2年度Webによる介護・健康講座について

健康保険組合の被保険者及び家族を対象に、“いざ介護”という事態に備えて、正しい介護の知識と突然の介護に備える心構えを習得していただくとともに、認知症の理解と付き合い方について学ぶ「介護・健康講座」をWebにて開催いたします。

1. 配信方法

○オンデマンド配信：視聴期間内であれば、都合の良い時間に繰り返し視聴可能

- ・自宅での端末（パソコン、タブレット、スマートフォン等）とインターネット環境が必要となります。
- ・視聴の際、データが大容量のため、データ通信量が無制限のネットワーク環境をご準備することを推奨いたします。

2. 視聴までの流れ

【受講申込】

- ・申込書は東振協HPよりダウンロード又は広報誌
- ・受講申込書を東振協に郵送又はFAX
- ・家庭等で複数人視聴する場合は、代表者のみの申し込みで可



【視聴のご案内送付】

- ・東振協から、テキスト、視聴するためのID・パスワードを送付
※テキストは1家庭等で1セットとなります。



【講座視聴】

- ・視聴期間内に東振協HPに掲載しているリンク先で、ID、パスワードを入力し視聴

3. 視聴期間 令和3年3月1日（月）～令和3年3月31日（水）

4. 視聴時間 24時間視聴可能

5. テーマ及び講義時間

（1） 介護・健康講座

講 義 90 分	・健康寿命を延ばす介護予防 ・知っておきたい介護の知識 ・介護が必要になった時の対応
-------------	--

(2) 認知症知識と正しい対応

講義① 90分	・認知症を正しく理解しよう ・認知症を引き起こす代表的病気の特徴と症状
講義② 90分	・認知症を患った本人又は家族が陥る心理状況 ・認知症になっても安心して暮らせる環境づくり

(3) 突然の介護に備える介護準備経済学

講義① 90分	・破綻しないための介護ポイント 制度、費用、心構え
講義② 90分	・安心な介護となるための事前の備えとは ・計画ある年金、保険、貯蓄計画

※ 受講テーマは上記(1)～(3)より1つを選択（複数選択不可）

(2)、(3)は講義90分×2コマで1講座となります。

6. 対 象 者 (1) 健康保険組合の被保険者及び被扶養者
 (2) その他希望者

7. 受 講 料 無 料（データ通信にかかる費用は受講者負担となります。）

8. 募 集 者 数 1, 0 0 0名（定員を超えた場合抽選とする）

9. 受 付 期 間 令和3年1月12日（火）から
 令和3年2月10日（水）まで

10. 申 込 方 法 F A X又は郵送申込み
 受講申込書(別紙1)を郵送又はF A Xにより申込む。

(申込先) 〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3
 東京都ニット健保会館5階
 一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（東振協）
 F A X：03-3626-7509

(問合せ先) 電 話：03-3626-7504
 ※平日の午前9時から午後5時

※ 申込書は、東振協ホームページからダウンロード可。
(ホームページは 11 月上旬公開)

(東振協ホームページ)
<https://www.toshinkyo.or.jp/>
右記QRコードをご利用ください



11. 広 報 健保だより及びホームページ等

12. そ の 他

(1) 第三者の視聴を目的としたID・パスワードの共有及び貸与、SNSを含む他の媒体への転載、また配布したテキスト等を受講目的以外で使用することは、不法行為や著作権の侵害となりますので固くお断りいたします。

(2) 講座の録音、写真撮影、動画撮影、画面のキャプチャーは固くお断りいたします。

(3) 視聴期間内であれば何度でもご視聴いただけます。

※ 同時刻内で同じID・パスワードでの複数の端末の視聴はできません。

(4) 「視聴のご案内 (テキスト等)」は2月中旬に送付いたします。

(5) 定員を超えて抽選の場合、当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

(6) 視聴推奨環境は、以下の通りです。

OS 又は デバイス	Windows 8.1 以降 Mac OS X 10.10 以降 iPhone7 以降 iPad 第4世代以降 Android 6.0.0 以降
ブラウザ ※	Google Chrome 最新版 Firefox 最新版 Microsoft Edge 最新版 (Windows) Internet Explorer 11.0 以降 (Windows) Safari 最新版 (Mac)
CPU (目安)	2GHz 以上
メモリ	3GB 以上の RAM
ディスクスペース	10GB 以上の空き
通信速度	2Mbps 以上の安定した回線速度

※Gmail、LINE、Facebook などのアプリブラウザは対象外です。

標準のブラウザをご利用ください。

(別紙 1)

Webによる介護・健康講座受講申込書

1 又 は 2	1. 加入組合名	健康保険組合			
	2. 加入している健康保険制度等 ○をつけてください	1. 国民健康保険 4. 健康友の会	2. 協会けんぽ 5. その他	3. 共済組合	
3	希望受講テーマ 1つ○をつけてください	1. 介護・健康講座 2. 認知症知識と正しい対応 3. 突然の介護に備える介護準備経済学			
4	フリガナ	住 所	電話番号	年齢	性別
	受講者氏名				
		〒 —			男・女 歳
<個人情報について> お申し込みいただいた個人情報については、今講座以外には使用いたしません。 ※その他個人情報取扱いの詳細については、東振協 HP の「個人情報保護への取り組みについて」 https://www.toshinkyō.or.jp/outline/kojin.html をご覧ください。					
個人情報同意欄		個人情報の取り扱いについて同意する。 ※同意チェックが無い申込書は無効となります。 チェック欄 ☐			

- (注) ・ 家族等で複数人にてご視聴する場合は、代表者のみお申し込みください。
- ※ I D ・ パスワードは、代表者と同じものをご利用ください。
- (同時に複数端末の視聴は不可・テキストは1部のみ送付)
- ・ 受講希望テーマは 1つ○をつけてください。(複数申込不可)
 - ・ 住所にはビル名等を必ず記入してください。
 - ・ 受講者氏名には必ずフリガナを記入してください。
 - ・ 性別欄は該当するところに○印をつけてください。
 - ・ 第三者の視聴を目的とした I D ・ パスワードの共有や貸与、SNSを含む他の媒体への転載、また配布したテキスト等を受講目的以外で使用することは、不法行為や著作権の侵害になりますので固くお断りいたします。
 - ・ 講座の録音、写真撮影、動画撮影、画面のキャプチャーは固くお断りいたします。

(送付先)

〒130-0014

東京都墨田区亀沢 1-7-3 東京都ニッパ健保会館 5階

一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会 (東振協)

F A X 03-3626-7509 (送信する際は、おかけ間違いにご注意ください)