

介護に携わるすべての方に

# Care Topics

2018

4

vol.23

## 特集

ケアマネジメントの仕事術  
～エッセンス版～

## 質問力⑤

～生活歴、家族歴、学歴、  
職業歴、家計～

2018年4月

vol.23

発行/株式会社シニアライフクリエイティブ  
企画・制作/アグリフクリエイティブ株式会社

〒108-0073 東京都港区三田3丁目12番14号 ニッテ三田ビル6F TEL03-6303-7500  
〒550-0003 大阪府西区京町堀1-8-5 明屋ビル12F TEL06-6445-8898

株式会社  
シニアライフクリエイティブ  
SENIOR LIFE CREATE

## 指は第2の脳。グーチョキパーの運動で、脳を元気に!



手の指には脳につながっている神経が多く、指を積極的に動かすことで、脳の前頭葉部分※に刺激を与えられると言われています。

※前頭葉は感情や身体表現のコントロールを行う場です。

### グーチョキパーで指の運動

#### 初級編

まずは左右で同じ動きをします。



- 1 手を胸の前に出し、左右同時に「グー・パー」を繰り返します。
- 2 左右同時に「パー・チョキ」を繰り返します。
- 3 左右同時に「チョキ・グー」を繰り返します。

#### 上級編

次は少し難易度を上げて、左右で別々の動きをします。デュアルタスクで脳をさらに活性化させましょう。  
※デュアルタスクとは、2つの課題を同時にこなすことです。



- 1 右手は「グー・パー」、左手は「パー・グー」の順に出します。
- 2 右手は「チョキ・パー」、左手は「パー・チョキ」の順に出します。
- 3 右手は「グー・チョキ」、左手は「チョキ・グー」の順に出します。

①～③を数回繰り返しましょう。

童謡に合わせて、鼻歌を歌ったりしながら、リズムに乗って、楽しんでいきましょう。

#### 注意ポイント

- イスに座った状態で行いましょう。
- 1人でも、複数人でも楽しむことができます。

自分で

vol.23

監修 善家佳子(ぜんけよしこ)氏

高齢者・障がい者・中高年に優しい体操を教えている。  
一般社団法人日本アクティブコミュニケーションティ協会理事。



〈お問い合わせ〉



# ケアマネジメンツの仕事術

vol. 10

## 質問力⑤

生活歴、家族歴、学歴、職業歴、家計

これまでいくつかの質問手法を学びました。では、学んだ質問手法をアセスメントでどのように使えばよいでしょう。今回は利用者基本情報として「生活歴、家族歴、学歴、職業歴、家計」の聞き取りを学びましょう。



### ◆「生活歴」を質問する

利用者がどのような家庭環境で育ったかは、本人の価値観(行動基準)やこだわりに大きく影響しています。生活歴を知ることによって食べ物へのこだわりや生活習慣へのこだわり、そして認知症状が出たときの対応のヒントになるからです。ただし、すぐに把握しなくてもケアマネジメントはできます。信頼関係が生まれてから聞いてみましょう。

#### ●子育て

「どのようなお子さんたちだったのですか?」

#### ●孫

「お孫さんは何人いらっしゃいますか?」

話す口ぶりや表情などの非言語コミュニケーションから「家族仲」などを察することができます。



### ◆「学歴」を質問する

学歴には尋常小学校(戦時中は国民学校、戦後は小学校)、中学校、高等学校、専門学校、大学などがあります。学校時代の様子を聞き取ることによって好きだった学科や、家族たちが知らない人柄や交友関係を知るきっかけになります。

なお、80代の人は学童疎開や空襲などの戦争体験で、心に深い傷を負っている場合もあるので配慮をもって聞くようにします。

生活歴には、おおよそ6つのステージがあります。特に80〜90歳代は「戦中派」の生まれで、その生活歴には何らかの戦争の影があります。人生のステージごとや「〇〇代は〜」のように、年代ごとに数字で区切って質問してみましょう。

#### ● 幼少期(0歳〜12歳以下)

「小さい頃は、近所ではどのようなお子さんだと言われていましたか?」

#### ● 思春期(13歳〜18歳以下)

「10代はどのような勉強や運動に熱中されていましたか?」

#### ● 青春期(19歳〜30歳以下)

「20代はどのような仕事に就かれたのですか?」



#### ● 好きな学科

「どの授業が好きでしたか?」

#### ● 交友関係

「いまでも同窓会で集まれることはありますか?」

#### ● 人間関係

「学校時代の友人とは今もお付き合いはされていますか?」



### ◆「職業歴」を質問する

戦後長く、男性は外で働き、女性は家で家事・育児を行うことが明確に分かれていました。男性ならどのような仕事か、どのような規模の会社で働き、どこまで出世をしたのかが、本人の人生観や自己肯定感に影響していることが男性には特に顕著です。また、職業によっては労働災害(例・じん肺、腰痛)を罹患し、健康状態を判断する材料になることもあります。

### ◆「家族歴」を質問する

家族には「育った家族」と「育てた家族」の2種類があります。育った家族を知ることによって、本人の価値観(例・長男だから責任感が強い、末っ子だから自由奔放)や子育て感(例・嫉にはきびしい)などを知る手がかりになります。

#### ● 両親

「どのようなお父さん(お母さん)だったのですか?」

#### ● きょうだい

「何人きょうだいの何番目だったのですか?」

育てた家族とは、結婚して持った家庭のことです。大正・昭和20年代までの結婚の多くは、双方の家柄を含めて仲人が紹介して親たちが決める「見合い結婚」でした。どのような家庭を作ったかを知ることによって、夫婦仲や子どもたちとの関係を把握することができます。

#### ● 家族仲

「ご家族でどのようなところにお出かけされることがありましたか?」

また、女性でも教員・看護師など経済的に自立するために働いてきた人、嫁ぎ先の農業・漁業や商店・町工場などで働いたり、家計の一助としてパートなどで勤めていた事情の人もいます。

終身雇用制は大会社や行政関係のみで、多くの人は何らかの事情で転職や転勤を経験しています。職業の種類(民間、行政など)、転職の回数、転勤の回数、役職などを知ることによって、本人への人間理解をより深めることができます。

#### ● 職業

「これまでどのようなお仕事をされてきましたか?」

#### ● 健康

「お仕事を通じてお体を壊されるようなことはありましたか?」

#### ● 交友関係

「当時の同僚の方と今でもお付き合いはありますか?」



## ◆「家計」を質問する

「家計の状況」はとてもナイーブな領域なので、質問にも配慮が必要です。なぜ家計の状況をおおまかに把握しておいたほうがよいのでしょうか。

それは、介護保険の利用にあたり1割負担(2割負担もあり)という原則があるためです。要護3(支給限度基準額:26.5万円)であっても「1万円しか払えない」という事情なら、10万円しか介護サービスを利用することができません。さらにデイサービスなどの利用では食費の負担もあり、配食サービスを組み込むにも「1食:500円~800円」ほどの実費負担が生じます。年金収入とわずかの貯金しかない高齢者世帯にとって、介護保険料に加えて1~3万円の自己負担と食費などの実費負担は、とても大きいがあります。

まず質問の目的(例:自己負担が1割ありますので...)を伝え、次にクッション言葉(例:お答えいただける範囲でということですので...)、差し支えなければ...を使って配慮ある質問をしましょう。

### ●収入

「年金は厚生年金でしたでしょうか?国民年金だったでしょうか?」

「何年くらいかけてこられたでしょうか?」

### ●自己負担

「介護保険はわずか1割の自己負担でサービスを利用できます。長く続くものですので、おおよその自己負担できる目安を教えてくださいませんか?」

質問は「心の扉」を開けるノックの役割があります。利用者(家族)の心に届くノックの仕方はさまざまです。日々、磨きましょ。



## ムロさんのまとめ

その① 生活歴は人生のステージごとに質問してみよう

その② 職業歴から人生の価値観や能力を把握することができ

その③ 家計の状況の質問は目的をはっきり伝えて配慮をもって行おう

# ケアマネさん「元気だして、相談室」

vol. 10

### ムロ先生の

## 今月の悩めるケアマネさん

ケアプランのプランニングで、できる部分とできにくい部分の見きわめが難しいです。がんばったらできるかもしれないのでは、とも思います。どこまで介護サービスを入れるとよいのか、できるところまで手伝わってしまうのではないかと思う時もあります。「本人がどのようにしたいのか、わからないのがジレンマになっています。」

福井県Y町 M・Yさん 女性  
ケアマネ歴1年



## ムロ先生の「お答えします」

ケアプランのプランニングは第2表となります。「今の時点でどこまでできるかどうか」は実際にその行為を行ってもらう、本人から聞き取ることで可能です。難しいのは3か月後~6か月後に「どこまでできるか」は、これは誰にもわかりません。ただ、本人が「できるようにになりたい」と望むのか、専門職が「できるようになるだろう」と予後予測できるかで判断するとよいでしょう。現場ができることまでやってしまうと、やがて「できなくなってしまふ」ことも予測されます。本人が「できるようにするため」にどのようなサポートが適切かは、あなたの独断でなく、本人と現場と話し合うことが大切です。本人の希望は「仮に膝の痛みがとれたら〜」と仮説質問を使って聞き取るようにしよう。



## 現場で役に立つ「ミニ知識」

アセスメントは短期目標の期間ごとを実施することが法令で決まっているのか?

答えは「アセスメントの間隔の規定はない」です。アセスメントの間隔は、法令等のルールになぜ規定されていないのでしょうか。確かに「アセスメントはケアプラン(原案)の作成に先立ち適正な方法で行う」とされています。だったら更新時だけに行えばよいのでしょうか。みなさんが毎月のモニタリング訪問時に、利用者の状態像や主たる介護者の状況が大きく変化し、課題を再設定する必要があるならば、再アセスメントを実施すべきでしょう。その結果ケアプラン原案を作成する必要があるかどうか、軽微の対応で済むかどうか判断できるはず。私は「つねつねアセスメントはモニタリングで深まる」と伝えています。モニタリングがアセスメントそのものと考えてみてはいかがでしょうか。



### 執筆

高室成幸(たかむろしげゆき)氏

ケアタウン総合研究所 代表  
《HP》<http://caretown.com>

京都市生まれ 日本福祉大学社会福祉学部卒。

「わかりやすく元気がでる講師」として全国のケアマネジャー、地域包括支援センター、相談支援専門員、社協職員、施設職員向けの研修に定評がある。テーマはケアマネジメント、モチベーションから高齢者虐待、個人情報保護、施設マネジメントまで幅広い。

著書・監修書多数。業界紙誌への寄稿も手がける。近著に『ケアマネジャー実務スタートブック』(中央法規出版)、『ケアマネ育成指導者用講義テキスト』(日総研出版)。



## 福祉用具を使いこなそう② 車いす選びのポイント

その1ー車いすの種類を理解するー

今回から車いすについてお話していきたいと思います。皆さんは、対象者の車いすやいすでの座位を気に掛けたことがあるでしょうか？ お年寄りや障害を持った人は、起きている時間の大半を座位で過ごすので、座位での姿勢や動きが非常に重要です。より良いケアを提供するためには、車いすの知識を持つことが必須です。



ずれ座り、傾く、前に倒れるといった座位の乱れだけでなく、自走できない、自分で食べられない、服が着られないなどの上肢・下肢機能、また、拘縮変形、円背、褥創、誤嚥、呼吸が浅い、便秘、食欲がないなどの身体機能の低下といったようなものも、姿勢が影響を与えています。

座位を整えることによって、①各部位への不適切な荷重の軽減→疼痛・疲労緊張のない姿勢の確保、褥創・拘縮・変形(円背など)のリスクの軽減 ②生命精神活動(呼吸・嚥下・咀嚼・排泄・覚醒・表情・発語など)の向上 ③姿勢安定によるADL(車いすの自走・自分で食べる・服を着る・整容など)の向上などが期待できます。

### ◆車いすの分類

車いすは、下記のように分類することができます。

く、その前から車いすの操作に慣れておいてもよいでしょう。

### ◆構造による分類

高年齢者の車いすのほとんどは、左右に折り畳めます。コンパクトさ、介助者の使い易さを優先しています。身体障害系の車いすユーザーが乗る車いすは、折り畳めなかったり、横に畳めたりします。剛性や耐久性を重視しているためです。

### 《リクライニング・ティルト式》

バックシート(背もたれ)だけが倒れるリクライニング式と、バックシートと座面が一緒に倒れるティルト式があります。リクライニング式だと、車いすの曲がる軸と乗っている人間の曲がる軸(通常は股関節)が異なるので、乗る人の身体はどうしてもずれてしまいます。ティルト式はそのずれを防ぐことが可能です。

昼寝など長時間の睡眠を車いすの上でとることはおすすしませんが、また、ずれ座りをリクライニング・ティルトで解決するのはNGです。

リクライニング・ティルト



### 車いすの分類Ⅰ(駆動方法や用途による分類)

#### ■駆動式による分類

手動式	自走用	後輪駆動式(普通の車いす) 前輪駆動式
電動式	介助用	片手駆動式 チェーン式

#### ■構造による分類

折りたたみ式	リクライニング・ティルト式
--------	---------------

#### ■用途による分類

通常	片マヒ用	切断者用	スポーツ用	その他
----	------	------	-------	-----

### 車いすの分類Ⅱ(目的や使用時間による分類)

短時間の使用 20分まで	スタンダード型車いす スタンダード型車いすの ティルト・リクライニングタイプ
一定時間以上の 使用	モジュラー型車いす モジュラー型車いすの ティルト・リクライニングタイプ

### ◆駆動式による分類

最近では高年齢者でも電動式の車いすに乗る方が増えてきました。手動式の車いすに、バッテリーや車輪を後付して電動にすることも可能です。充電や重量の問題も改善されてきています。

### ◆目的や使用時間による分類

よく見かける汎用のスタンダード型車いすは、市役所などに置いてある老眼鏡と同じで、スパーや病院など公施設で誰もが一時的に使う用具です。障害のない人は、車いすに自分の体を合わせることはできませんが、障害のある人はできません。20分以上車いすで座る場合には、モジュラー型車いすのように、その人に合わせることで、車いすの選択が必要になります。モジュラー型車いすは、座面の高さ、傾き、アームサポートの高さ、背の張りなど様々な調整をすることが可能です。



スタンダード型車いす



モジュラー型車いす

今回紹介した車いす以外にも様々な車いすがあり、分類の方法も様々です。対象者の心身機能はもちろんですが、いつ、どんな場所で、どんな目的で使うのか、あるいは、これから先の生活様式、パーキンソンなど進行性の疾患の場合、施設入所または在宅か、介護力や住環境との組み合わせ、合わせて本人家族の経済力など多くの要素を考慮し、少しでもその人に合った車いすを選ぶようになりましょう。

ので、自立のための選択肢としての可能性は大きく変わったと言えます。

片マヒの人が自走をする場合は、片手、片足漕ぎになりますが、健側にハンドリムが2重に付いている車いすなど、健側だけで操作ができる車いすもあります。



電動式

介助式

手動式・自走式



高齢や認知症の人は自走ができないと思われていますが、適切な車いすに乗って練習をすれば、8割以上の人で車いすの操作が可能です。手だけで漕がなくても足漕ぎも便利です。足漕ぎは下肢の適度な運動にもなり、むくみ対策にも有効です。また、ハンドリムでなくてもタイヤを持って漕ぐ、壁や手すりを持って前に進むなど、なんでもOK。型にはめる必要はありません。

認知症が進んで、身体や記憶や認知機能がすっかり低下してから車いすに乗るのではな

### 監修

### 福辺節子(ふくべせつこ)氏

理学療法士、医科学修士、新潟医療福祉大学非常勤講師、介護支援専門員「もう一步踏み出すための介助セミナー」主宰

《HP》<http://moippo.org>

22歳の時に事故で左下肢切断。結婚・出産を経て、31歳で理学療法士となる。現在はフリーの理学療法士として、訪問・セミナー・講演会などの活動を続けている。平成21年4月にNHK「ためしてガッテン」に介助の達人として出演。さらにNHKテレ「ワンポイント介護」では講師としてご出演。著書『福辺流 力のいらぬ介助術』中央法規出版、『早引き 介護の基本技法ハンドブック』ナツメ社 ほか

◎セミナー・講演会の情報はこちら ▶▶ <http://moippo.org/program>

◀最新著書『福辺流 力と意欲を引き出す介助術』(中央法規出版)発売中!!



# 平成30年度介護報酬改定について

vol. 1

皆さんこんにちは。今回から平成30年度(2018年4月)より施行される「平成30年度介護報酬改定」についての特集を連載いたします。

本誌では、次月号より今回の制度改正について、元日本介護支援専門員協会の会長で現在は、青森県介護支援専門員協会副会長、日本薬剤師会理事、青森県薬剤師会会長として活躍中の木村隆次様をゲストに迎え、本誌でも連載をくださっております高室成幸氏との対談記事をお届けいたします。

## ◆「平成30年度介護報酬改定」とは？

今回の改定では、2025年に団塊世代が75歳以上になることから、国民一人一人が状態に応じた適切なサービスを受けられるよう、質が高く効率的な介護の提供体制を整備するために行われると発表されています。

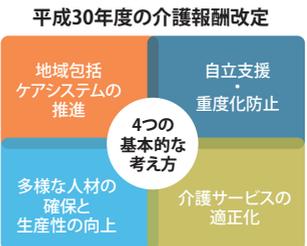
### 概要

#### 《改定に当たっての基本認識》

- ▼人生100年時代を見据えた社会の実現
- ▼どこに住んでも適切な医療・介護を安心して受けられる社会の実現
- ▼制度の安定性・持続可能性の確保と医療・介護現場の新たな働き方の推進

#### 《改定の基本的視点と具体的方向性》

- ① 地域包括ケアシステムの推進
- ② 自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現
- ③ 多様な人材の確保と生産性の向上
- ④ 介護サービスの適正化・重点化を図ることに伴う制度の安定性・持続可能性の確保



## ◆改正のポイント

加算条件などについては、厚生労働省より多くの資料が公表されておりますのでご確認ください。ここでは、現場運営に関するポイントをいくつか抜粋して紹介させていただきます。

### 《医療／介護の役割分担と連携の一層の推進》

- 医療機関とケアマネ事業所について入院時連携に関する評価を充実するとともに、新たな加算を創設する。
- 訪問介護事業所等から伝達された利用者

も適切な医療・介護サービスを切れ目なく受けられることができる体制を整備

- 医療・介護の役割分担と連携の一層の推進
- ケアマネジメントの質の向上と公正中立性の確保
- 認知症の人への対応の強化
- 口腔衛生管理の充実と栄養改善の取組の推進

② 自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現  
介護保険の理念や目的を踏まえ、安心・安全で自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスを実現

- 外部のリハビリ専門職等との連携の推進を含む訪問介護等の自立支援・重症化防止の推進
- 通所介護における心身機能の維持に係る

の口腔や服薬の状態等について、ケアマネから主治の医師等に必要情報伝達を行うことを義務づける。

### 《ケアマネジメントの質の向上と公正中立性の確保》

- ケアマネ事業所の管理者要件を見直し、主任ケアマネジャーであることを管理者の要件とする(一定の経過措置機関を設ける)。
- 利用者は複数の事業所の紹介を求めることができる旨説明することを、ケアマネ事業所の義務とし、これに違反した場合は報酬を減額する。

### 《口腔衛生管理の充実と栄養改善の取組の推進》

- 低栄養リスクの高い入所者に対して、多職種が協働して低栄養状態を改善するための計画を作成し、この計画に基づき、定期的に食事の観察を行い、当該入所者ごとの栄養状態、嗜好等を踏まえた栄養・食事調整等を行うなど、低栄養リスクの改善に関する新たな評価を創設する。

この他、通常のケアプランと懸け離れた回数の訪問介護を位置付ける場合には、ケアマネジャーは市町村にケアプランを届けることとす

アウトカム評価の導入  
● 褥瘡の発生予防のための管理や排泄に介護を要する利用者への支援に対する評価の新設

③ 多様な人材の確保と生産性の向上  
人材の有効活用・機能分化、ロボット技術等を用いた負担軽減、各種基準の緩和等を通じた効率化を推進

- 生活援助の担い手の拡大
- 定期巡回型サービスのオペレーターの専任要件の緩和
- ICTを活用したリハビリテーション会議への参加
- 地域密着型サービスの運営推進会議などの開催方法・開催頻度の見直し

④ 介護サービスの適正化・重点化を通じた制度の安定性・持続可能性の確保  
介護サービスの適正化・重点化を図ることに伴う制度の安定性・持続可能性を確保

- 福祉用具貸与の価格の上限設定等
- 集合住宅居住者への訪問介護などに関する減算及び区分支給限度基準額の計算方法の見直し等
- サービス内容を踏まえた訪問介護の報酬体系の見直し

る。市町村は地域ケア会議の開催等により、届けられたケアプランの検証を行い、必要に応じケアマネジャーに対し、利用者の自立支援・重度化防止や地域資源の有効活用の観点から、サービス内容の是正を促す。

※全国平均利用回数+2標準偏差を基準として平成30年4月に国が定め10月から施行。  
といった制度など、より一層、現場・ケアマネ・医療・地域といった各担当の連携強化を推進することが制度改定の主なポイントと言えます。

※記事内の情報はすべて平成30年2月5日時点のものです。  
※出典：厚生労働省ホームページ  
●平成30年度診療報酬改定の基本方針平成29年12月11日  
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000188411.html>  
●平成30年度介護報酬改定における各サービス毎の改定事項について(第158回平成30年1月26日)  
<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/shingi-hosho.html?tid=12668>

※内容は、修正/変更される場合があります。最新の情報を厚生労働省のホームページで確認しましょう。

### 【次回予告】 スペシャル対談

元ケアマネ協会会長の木村隆次氏と高室成幸氏による、今回の制度改正に対する考え方と今後の未来について3回にわたってお届けいたします。お楽しみに！

# 宅配クック123

宅配クック123の配食サービスを体験してみませんか？

## ■配食事業の勉強会を開催しました

地域包括支援センター主催の地域のケアマネジャー様向けの連絡会にて、配食事業の勉強会を開催しました。管理栄養士より低栄養の予防を目的とした栄養価についてお知らせした後は、安否確認や、高齢者との会話についてご説明。最後に、実際に提供しているお弁当を試食して頂きました。

配食をお勧めする上で、実際に食べているときより具体的にご利用者様に説明できると、参加した皆様にもご好評頂きました。



ケアマネジャー向け試食会の様子

## ■栄養教室で123体操&試食をお楽しみ頂きました

地域包括支援センターにて、近隣の高齢者様向けに、栄養教室を開催しました。管理栄養士の栄養に関する講義の後は、宅配クック123オリジナル体操「123体操」を実演。最初こそ恐る恐るでしたが、徐々に一緒に体操を楽しんでくださいました。

体を動かした後は、皆様に楽しくピュッフェスタイルでご試食頂きました。笑顔があふれる、素敵な時間となりました。



高齢者サロン向け体操&試食会の様子



## 無料試食会のご案内

宅配クック123では、ケアトピックスをご覧の事業所様に、無料で試食会を開催させて頂いております。ご要望に応じて管理栄養士も講師として派遣しますので、高齢者向けの食事に関わる勉強会など、様々な用途でご活用ください。

無料試食のお問い合わせは  
**0120-288-120**

宅配クック123お客様相談室まで

受付時間/平日9:00~18:00(土・日・祝、年末年始はお休みいたします)



## お便り募集

ケアマネジャーQ&Aへのお悩み相談や、本誌へのご感想をお待ちしております。

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、内容を記入頂き、下記まで郵送してください。

### ◆送付先

〒550-0003 大阪市西区京町堀1-8-5 明星ビル12F アルファクリエイト株式会社  
ケア・トピックス事務局

〈個人情報の取り扱いについて〉

応募者の個人情報は、選考や連絡、及び粗品発送のために使用いたします。また、法令に定める場合を除き、応募者ご本人の承諾なく第三者(業務委託先を除く)に個人情報を開示・提供することはありません。その他の個人情報の取り扱いについては、「(株)シニアライフクリエイト 個人情報保護方針」をご参照ください。

### ●折り紙について

折り紙は手先を使うのは勿論のこと、完成をイメージしながら頭も使いますので、脳の活性化につながるといわれています。

また、子どものころ折り紙遊びを楽しんだご高齢者の方も多いことから、毎月の表紙が会話のきっかけになればと思います。



「月刊おりがみ」より  
(協力:日本折紙協会)

### ●東京おりがみミュージアム(日本折紙協会)のご案内

折り紙作品を鑑賞できる常設展示場、折り紙関連図書を集めた資料室(会員限定)、折り紙教室ができる講習室を併設する施設です。

売店では日本折紙協会が発行する雑誌、書籍のほか、他社出版社の折り紙関連書籍、各種折り紙用紙などを販売しております。現在、講習室では15の講座が開講し、毎月講師による作品指導が実施されています。

詳しくはWEBをご覧ください。 <http://www.origami-noa.jp/>

#### ◆所在地

〒130-0004 東京都墨田区本所1-31-5

電話:03-3625-1161

(電話受付時間/9:30~17:30 ※事務局休休み:12:30~13:30)

◆開館時間:9:30~17:30

◆入館料:無料

◆休館日:祝日(土日を除く)

祝日が日曜日と重なった場合の翌月曜日  
年末年始(12月30日~1月4日)

※ その他、事務局の都合により休業する場合がありますので、事務局までお問い合わせください。

#### ◆アクセス

都営大江戸線 蔵前駅A7出口から徒歩約8分

都営浅草線 浅草駅A2-a出口から徒歩約9分

東京メトロ銀座線 浅草駅4出口から徒歩約10分

