

2026年
6月より
開講!

1年間で介護の予備知識を得る

介護者 アカデミー



介護が始まったとき
全てが崩れないために備える1年間

STEP 1

知る



STEP 2

備える



STEP 3

相談する



STEP 4

両立する



介護は
事前の知識が
必要

この学びが、あなたと家族の未来を守ります



介護離職を
防ぐ



突然の欠勤
リスクを減らす



心の負担を
軽くする



制度や相談先が
わかる

【介護の教養1年プログラム】

ある日、医療機関から一本の電話

「お母様が救急搬送されました」

「退院後、お一人での生活は難しいかもしれません」

そんな時、あなたは、どうしますか？準備はできていますか？

介護は、準備ができた人から始まるものではありません。

多くの場合、突然始まります。

介護は人ごとではありません。事前知識で備えましょう

主催： NPO法人 UPTREE

UPTREEは家族介護者（ケアラー）の方々にサポートする活動をしています。
共同開催：特定非営利活動法人WAC清水さわやかサービス

参加申し込み・
お問い合わせ

✉ info@uptreex2.com



介護者アカデミー

仕事と介護・自分の時間・生活を守るために学び備える1年間

2026年6月～2027年5月

未来の家族介護に備える、4つのプログラム

介護が始まる前に、学校では教えてくれない“実践的な知識”を学ぶ1年間のプログラムです。

仕事と家庭の両立、自分の時間や生活を大切にしながら、安心して介護に向き合える備えを一緒にしていきましょう。



2026年
6月より
開講!

賛助会員向け
1年間講座

場所
SHIBUYA QWS
SHIBUYA QWSを会場に、NPO法人UPTREEと提携する
賛助会員向けの年間講座です。実践的な知識を学び、
仲間とつながり、NPOの活動を応援することにつながります。
*ZOOMでも同時視聴可能、見逃し配信も実施します

SHIBUYA QWS
渋谷
スクランブル
スクエア
渋谷駅
渋谷スクランブルスクエア内

QWSの詳細

4つのプログラム

1 リアル講座

介護初心者・
介護未経験向け

第2木曜日

19:00～20:30

年6回 ※日程は講師都合により
変更する場合があります

【6月】 介護者のロードマップ
介護の始まりから終わりまで



【8月】 介護支援専門員(ケアマネジャー)と
家族介護者の課題とは
仕事と両立・遠距離介護・在宅介護



【10月】 事前の介護に備える
「家族信託・任意後見制度・成年後見制度」
事前から学ぶ



【12月】 介護のお金の仕組み
介護のお金を準備する・利用する・
終結させる



【2月】 介護の後の税金の仕組み
相続の仕組み・事前に準備できる節税とは



【4月】 民間の介護の資源を知る
有料老人ホームと公的な施設の
違いを理解する



2 スペシャル講座

★ 専門家もお呼びした
スペシャル講座あり!

今年は8月開催予定

3 スナック介護者

『介護経験者』同士でお話しましょう!

年1回

7/17 19:00～21:00

テーマ「遠距離介護」

※任意有料



4 オンラインサロン ZOOM開催

毎月第3水曜 20:00～21:00で開催、すべて無料
詳しくは「Peatix(ピーティックス)」より「UPTREE」で検索

2026年

- 6月17日 「介護者のロードマップ」
- 7月15日 「介護費用のリアルと備え方」
- 8月19日 「仕事と介護の両立術」
- 9月16日 「遠距離介護の乗り換え方」
- 10月21日 「制度を賢く使いこなす」
- 11月18日 「介護とお金の基礎知識」
- 12月16日 「介護の後のことを考える」

2027年

- 1月20日 「介護の負担を減らす工夫」
- 2月17日 「介護と相続の基礎知識」
- 3月17日 「介護者の心と体の整え方」
- 4月21日 「テーマ未定」
- 5月19日 「テーマ未定」

賛助会員向け1年間講座

賛助会員費：1口3,000円 ※会員番号毎1口付

※1年間参加ご希望の方は3口以上のご協力をお願いいたします。
※参加内容により、一部の場がご覧の要となります。
※途中からでも賛助会員の入会が可能です。見逃し配信視聴可能です。

賛助会員1口3,000円よりご参加いただけます。
活動の励み・発展のため、賛助ならびに
複数口(目安：3口以上)でのご支援をお願いしております。



こんな方はぜひご参加ください

(1つでも当てはまる方は対象です)

- 自分がやるしかない!と思い込んでいる。
- 家族や周囲に頼る選択肢を考えたことはありますか?
- 「迷惑をかけたくない」といつも気持ち強い。
- 介護を一人で続けた場合の負担をイメージできていますか?
- 仕事や生活とのバランスをどう取るか考えていますか?
- 体調を崩した時の代替手段はありますか?
- 相談できる人・場所を今のうちに把握していますか?
- 「まだ大丈夫」と無理をしている。
- 小さなことでも相談していいと思えていますか?

介護は事前の知識が必要!

今から学ぶことが、あなたの家族の未来を守る力になります。
一緒に学び、備え、安心できる毎日をつくりましょう。



主催：NPO法人 UPTREE

UPTREEは家族介護者(ケアラー)の方をサポートする活動をしています。

共同開催：特定非営利活動法人WAC清水さわやかサービス

参加申し込み・
お問い合わせ

info@uptreex2.com

