

# 令和5年度 家族介護支援事業等のご案内

## 前期分(4月～9月)

東根市内在住で、自宅で介護している方や介護に興味のある方であれば、基本的にどなたでも(一部例外あり)参加いただけます。参加費は無料です。

定員：各回 先着20名

申込先：東根市社会福祉協議会 ☎ 41(2361)

日程・場所	内容・会場	種別	申込期間
4月20日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	 ONSEI で頭健康チェック&認知症啓発かるた&認知症すごろく ロバ君のマスコット作り&相談会 など	なごみ カフェ	3月10日(金)～ 4月18日(火)
5月12日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	頭と体の楽しい体操 ～頭の活性化を図ろう～ 	なごみ カフェ	4月20日(木)～ 5月10日(水)
5月25日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	 4大認知症を学ぼう! ～疾患別症状とその対応策～ 	家族 介護 教室	5月1日(月)～ 5月19日(金)
6月8日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	本人ミーティング ～本人同士・家族同士で 日頃の思いを語り合おう～ 	なごみ カフェ	5月15日(月)～ 6月2日(金)
6月23日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	みんなのリフレッシュタイム 音楽でゆったりとした時間を過ごそう 介護を必要とする方も一緒にご参加ください 	ケア カフェ	6月1日(木)～ 6月16日(金)
7月14日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	 DVD鑑賞 ～認知症とともによく生きる旅へ(仮)～	なごみ カフェ	6月15日(木)～ 7月10日(月)
7月27日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	認知症の方の生活を支える 機器を学ぼう 	家族 介護 教室	7月3日(月)～ 7月21日(金)
8月18日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	ONSEI で頭健康チェック&認知症啓発かるた&認知症すごろく ロバ君のマスコット作り&相談会 など 	なごみ カフェ	7月18日(火)～ 8月14日(月)
8月24日(木) <b>11:00</b> ～13:30 まなびあテラス	 介護者のリフレッシュタイム① 癒しのキャンドルを作ろう&交流会 自宅等で家族を介護している方限定 	ケア カフェ	8月1日(火)～ 8月18日(金)
9月8日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	 俺流! 私流! 今日をいい日にする♪ 暮らしのレシピ	家族 介護 教室	8月1日(火)～ 9月1日(金)
9月15日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	 東根市合同認知症カフェ ～市内3カ所のカフェ合同で開催～ 	なごみ カフェ	8月15日(火)～ 9月11日(月)
9月21日(木) <b>10:00</b> ～14:00 まなびあテラス	 物忘れ相談会 ～あたまの健康チェックをしてみよう～ 		<b>申込不要</b> 当日会場にお越しください

後期分(10月～3月)は裏面をご覧ください

# 令和5年度 家族介護支援事業等のご案内

## 後期分(10月～3月)

東根市内在住で、自宅で介護している方や介護に興味のある方であれば、基本的にどなたでも(一部例外あり)参加いただけます。参加費は無料です。

定員：各回 先着20名 申込先：東根市社会福祉協議会 ☎ 41(2361)

日程・場所	内容	種別	申込期間
10月13日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	ONSEI で頭健康チェック 認知症啓発かるた&認知症すごろく ロバ君のマスコット作り&相談会 など	なごみ カフェ	9月15日(金)～ 10月10日(火)
10月27日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	男性介護者交流会 男性同士で日頃の介護について語ろう 自宅等で家族を介護している男性限定	ケア カフェ	10月2日(月)～ 10月20日(金)
10月28日(土) 10:00～14:00 まなびあテラス	音楽でリフレッシュ ONSEI で頭健康チェック 認知症啓発かるた&認知症すごろく ロバ君のマスコット作り&相談会 など	なごみ カフェ	<b>申込不要</b> 当日会場にお越しください
11月9日(木) 13:30～15:00 市ふれあいセンター	なごみカフェ&なごみマルシェ ～こだわりの無農薬野菜や 手作り小物をどうぞ～	なごみ カフェ	10月16日(月)～ 11月6日(月)
11月24日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	最新☆排泄ケア商品を学ぼう!	家族 介護 教室	10月16日(月)～ 11月17日(金)
12月8日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	ONSEI で頭健康チェック 認知症啓発かるた&認知症すごろく ロバ君のマスコット作り&相談会 など	なごみ カフェ	11月15日(水)～ 12月4日(月)
12月22日(金) <b>11:00</b> ～14:00 まなびあテラス	介護者のリフレッシュタイム② 軽体操でリフレッシュ&交流会 自宅等で家族を介護している方限定	ケア カフェ	12月1日(金)～ 12月15日(金)
1月11日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	DVD鑑賞 ～認知症とともに生きるまち(仮)～	なごみ カフェ	12月15日(金)～ 1月5日(金)
1月25日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	あなたの姿勢、大丈夫ですか? ～フレイル予防体操～	家族 介護 教室	1月4日(木)～ 1月19日(金)
2月9日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	グループホームについて知ろう ～施設の概要や様子の紹介～	なごみ カフェ	1月15日(月)～ 2月5日(月)
2月22日(木) 13:30～15:00 まなびあテラス	自分の体のメンテナンス ～セルフマッサージを学ぼう～	ケア カフェ	2月1日(木)～ 2月16日(金)
3月8日(金) 13:30～15:00 まなびあテラス	ONSEI で頭健康チェック 認知症啓発かるた&認知症すごろく ロバ君のマスコット作り&相談会 など	なごみ カフェ	2月15日(木)～ 3月4日(月)