















令和8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	種別	内容	申込期間
4月16日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓発 かるた&ロバ君マスコット作り& 個別相談など 	/
5月14日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	 指ヨガで血流アップ	
5月21日(木)13:30～14:30 まなびあテラス	家族 介護 教室	北村山地区の病院の機能について ～病院に違ってあるの?～ 	5月1日(金)～ 5月15日(金)
6月11日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	ハッピーになるマジックショー 	5月15日(金)～ 6月5日(金)
6月26日(金)13:00～15:30 まなびあテラス	ケア カフェ	 みんなのリフレッシュタイム 「市内の有料老人ホームを見学しよう」	6月1日(月)～ 6月19日(金)
7月10日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	 脳の活性化体操 	6月15日(月)～ 7月3日(金)
7月23日(木)13:30～14:30 まなびあテラス	家族 介護 教室	アンガーマネジメント  ～怒りの感情と上手に付き合う方法～	7月1日(水)～ 7月15日(水)
8月20日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓発 かるた&ロバ君マスコット作り& 個別相談など 	8月3日(月)～ 8月14日(金)
8月27日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	ケア カフェ	みんなのリフレッシュタイム  「ストレッチでリフレッシュ」	8月3日(月)～ 8月21日(金)
9月11日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	 カードゲームで脳の活性化 	8月17日(月)～ 9月4日(金)
9月17日(木)13:30～14:30 まなびあテラス	家族 介護 教室	 排泄ケア ～皮膚トラブルと予防策～	8月17日(月)～ 9月7日(月)
9月29日(火)10:00～14:00 市役所1階		あたまの健康度チェック& もの忘れ相談会 	直接会場へお越 しく下さい

後期分(10月～3月)は裏面をご覧ください

令和8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	種別	内容	申込期間
10月15日(木)13:30~15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	ハーモニカ演奏の音色を 楽しもう♪	9月15日(火)~ 10月9日(金)
10月23日(金)10:30~13:00 まなびあテラス	ケア カフェ	介護者のリフレッシュタイム 「スープカービング&昼食交流会」 自宅等で家族を 介護している方限定	10月1日(木)~ 10月16日(金)
11月12日(木)13:30~15:00 市ふれあいセンター	なごみ カフェ	なごみカフェ&なごみマルシェ ~サクソコンサート& 新鮮な無農薬野菜・小物販売~	10月15日(木)~ 11月6日(金)
11月20日(金)13:30~14:30 まなびあテラス	家族 介護 教室	ムース食って何? ~栄養もしっかりとり食事を たのしむ工夫~	11月2日(月)~ 11月13日(金)
12月11日(金)13:30~15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓 発かるた&ロバ君マスコット作り& 個別相談など	11月16日(月)~ 12月4日(金)
12月18日(金)13:30~15:00 まなびあテラス	ケア カフェ	介護者と介護を必要とする方の リフレッシュタイム 「お菓子のデコレーション体験&交流会」 自宅等で家族を介護している方& 介護を必要とする方限定	12月1日(火)~ 12月14日(月)
1月14日(木)13:30~15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	睡眠と認知症の関係に ついて学ぼう	12月14日(月)~ 1月8日(金)
1月28日(木)10:30~11:30 まなびあテラス	家族 介護 教室	転倒予防 ~毎日できる体操を覚えよう~	1月4日(月)~ 1月22日(金)
2月5日(金)13:30~15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	認知症ってどんな症状があるの?	1月15日(金)~ 1月29日(金)
2月19日(金)11:00~13:00 まなびあテラス	ケア カフェ	介護者のリフレッシュタイム 「ヨガビリー&昼食交流会」 自宅等で家族を介護している方限定	2月1日(月)~ 2月12日(金)
3月11日(木)13:30~15:00 まなびあテラス	なごみ カフェ	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓 発かるた&ロバ君マスコット作り& 個別相談など	2月15日(月)~ 3月5日(金)

前期分(4月~9月)は裏面をご覧ください