

令和6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	種別	申込期間
4月18日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	カードゲーム「懐話ふだ」 ～思い出話で脳を活性化～	なごみ カフェ	
5月10日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	頭の活性化体操 ～あたまの活性化を図ろう～	なごみ カフェ	5月1日(水)～ 5月8日(水)
5月23日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	自宅で簡単！転倒予防体操	家族 介護 教室	5月1日(水)～ 5月17日(金)
6月6日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	ミニ講和&ONSEIで頭健康チェック &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	なごみ カフェ	5月15日(水)～ 6月3日(月)
6月21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 「おいしいコーヒーの淹れ方講座&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	ケア カフェ	6月3日(月)～ 6月14日(金)
7月11日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	本人ミーティング ～認知症と診断された本人同士・家族同士 で日頃の思いを語り合おう～	なごみ カフェ	6月17日(月)～ 7月5日(金)
7月25日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	基礎から学ぶ認知症 ～これって物忘れ？認知症??～	家族 介護 教室	7月1日(月)～ 7月19日(金)
8月16日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	笑いヨガで脳を活性化	なごみ カフェ	7月16日(火)～ 8月13日(火)
8月22日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	みんなのリフレッシュタイム 「腰痛&肩こり予防体操」	ケア カフェ	8月1日(木)～ 8月16日(金)
9月12日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	他人事ではない?!シニアの低栄養	家族 介護 教室	8月15日(木)～ 9月6日(金)
9月19日(木)10:00～14:00 まなびあテラス	もの忘れ相談会 ～もの忘れ相談&各種機器の体験など～		申込不要 直接ご来場ください

後期分(10月～3月)は裏面をご覧ください

令和6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11日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	合唱のハーモニーで 癒しの時間を過ごそう 	なごみ カフェ	9月17日(火)～ 10月8日(火)
10月24日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	介護者のリフレッシュタイム 「ハンドマッサージで癒しタイム&交流会」 自宅等で家族を介護している方限定 	ケア カフェ	10月1日(火)～ 10月18日(金)
11月7日(木)13:30～15:00 市ふれあいセンター	なごみマルシェ in なごみカフェ ～無農薬野菜・小物販売&ワークショップ～ 	なごみ カフェ	10月15日(火)～ 11月1日(金)
11月29日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	お口の寝たきり予防を学ぼう ～オーラルフレイル予防～	家族 介護 教室	11月1日(金)～ 11月22日(金)
12月13日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	ミニ講和&ONSEI で頭の健康チェック& 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 	なごみ カフェ	11月15日(金)～ 12月9日(月)
12月19日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	みんなのリフレッシュタイム 「音楽でリラックスしよう」 	ケア カフェ	12月2日(月)～ 12月13日(金)
1月17日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	カードゲーム「懐話ふだ」 ～思い出話で脳を活性化～	なごみ カフェ	12月16日(月)～ 1月10日(金)
1月23日(木)13:30～15:00 まなびあテラス	なかなか聞けないお薬の話 	家族 介護 教室	1月6日(月)～ 1月17日(金)
2月7日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	小規模多機能型居宅介護施設について学ぼう ～施設の概要や様子を紹介～	なごみ カフェ	1月15日(水)～ 2月3日(月)
2月20日(木)11:00～13:00 のゝか本郷館	介護者のリフレッシュタイム 「フラワーアレンジメント&昼食交流会」 自宅等で家族を介護している方限定 	ケア カフェ	2月3日(月)～ 2月14日(金)
3月14日(金)13:30～15:00 まなびあテラス	ミニ講和&ONSEI で頭の健康チェック& 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 	なごみ カフェ	2月17日(月)～ 3月10日(月)