

オレンジサークルの日程表

認知症介護者家族の会

認知症の方を介護されている介護者同士が集い、
日頃の介護について語り合います。
介護経験者のお話を聞くことで、
心が軽くなることがあります。
まずはお気軽にお問い合わせください。



令和5年度年間予定

	日時	場所	テーマ・内容
第1回	4月25日(火) 午後2時～3時	ファミリーセンター 講義室	【身体を動かし介護ストレス解消】 健康運動指導士と一緒に楽しく身体を動かし、 日頃の介護ストレスを解消します。
第2回	6月27日(火) 午後2時～3時	ファミリーセンター 講義室	【座談会】 日頃の介護について語り合います。話を聞いたり 話したりすることで、心が軽くなること があります。
第3回	8月22日(月) 午前10時～13時	ファミリーセンター 調理室	【健脳食】 管理栄養士から、認知症予防を意識した食生活 について講話いただきます。
第4回	10月24日(火) 午前10時～ 11時30分	ファミリーセンター 講義室	【座談会】 日頃の介護について語り合います。話を聞いたり 話したりすることで、心が軽くなること があります。
第5回	12月11日(月) 午後1時30分～ 2時30分	福祉センター 介護予防訓練室	【認知症をもっと知りましょう】 精神保健福祉士が相談にのり、介護鬱の予防、 メンタルケアをおこないます。
第6回	2月27日(火) 午後2時～3時	ファミリーセンター 講義室	【お口から認知症予防】 歯科衛生士から、認知症予防を意識した口腔ケ アについて講話いただきます。

予約が必要になります。下記のお問い合わせ先まで連絡ください。



お問い合わせはこちらまで
八百津町地域包括支援センター 伊藤・成瀬
☎43-3267