

介護者リフレッシュ教室(おしゃべり会)



★介護家族の集いを下記により行ないます★

日々の介護の悩み、近年増えている認知症のことなど、介護者間で情報交換を行い気分転換の機会にしましょう。



…一人で悩まずに、お誘いあわせの上 ぜひ参加ください…

日 時 **令和元年 5月15日 (水)**
午前10時から11時30分
場 所 **プラザあい 2階会議室**
対 象 介護しているご家族
内 容 介護家族の情報交換会 (お茶をのみながらお話をしましょう)
地域包括支援センター、在宅介護支援センターの職員が同席します。

※参加申し込みは、令和元年5月10日 (金) までに
長寿介護課 地域包括支援センターかケアマネージャーへ
お申し込みください。(当日の参加も大歓迎です。)

今後の予定

※時間：10時～11時30分

令和元年	6月14日(金)	川口公民館
	7月16日(火)	沼宮内公民館
	8月19日(月)	南山形高齢者等活性化センター
	9月13日(金)	プラザあい
	10月15日(火)	北山形公民館
	11月15日(金)	水堀いきがい交流センター
令和2年	1月15日(水)	プラザあい
	2月14日(金)	一方井公民館

【問い合わせ先】

- 岩手町地域包括支援センター
TEL 62-2111 (内線 527)
担当：松村
- 在宅介護支援センター沼宮内
TEL 62-4150
- 在宅介護支援センター川口
TEL 65-3220

裏面をご覧ください。

さまざまな不安を抱えながら頑張って介護していらっしゃる皆さん、介護するあなた自身の気持ちを大切にしながら、仲間との語らいの中で何らかのヒントが見つけれられると思います。
ぜひ参加下さい。

【参加者の声】

同じ環境（介護）にいらっしゃる方とおもいきり話ができ元気を頂きました。
大変良かったです。



初めて来ました。声を掛けてもらい良かったです。
年の離れた方々の話はうなづけます。皆さん頑張っていますね。

介護がそんな遠い先ではないと思います。いろんな経験談や介護の工夫、リフレッシュの方法などいろいろな話が聞けて良かったです。

参加した時にマジックを見せて頂き心が和みました。
ありがとうございます。

わりと知っていた方もいて、気軽に話せました。
とっても楽しい時間になりました。

これから少しずつ大変になって来るとは思いますが、介護をしている人達からの意見を参考にしながら生活して行きたいと思います。

同じ仲間がいる事で心強く感じこれからも頑張っていきたいと思います。

おしゃべりをして心もスッキリしました。同じ立場である方たちと話ができて本当に良かったです。
また参加したいです。

