

～ひとりで悩まないで・・・認知症のこと～

☆ 認知症家族のつどい・本人交流会 ☆

認知症の人と家族の悩みや不安が少しでも軽減し、ホッとできる時間を過ごすための交流会です。当事者だからわかること、お互いが力になれることがあります。

「**家族のつどい**」として、認知症に関するミニ講座と、認知症の人を介護する家族同士で日ごろの介護の悩みや生活の工夫などの情報交換を行います。

「**本人交流会**」も同時開催します。認知症かもしれない、認知症と診断を受けた、そんな不安やこれからのことが心配な人。集まった仲間同士で、日頃感じていることや抱える「想い」を一緒に話しましょう。



○対 象：碧南市内在住の認知症の人を介護する家族、および本人（定員 15 名）

開催日	場 所	ミニ講座内容
第 1 回 令和 7 年 5 月 1 5 日 (木)	市役所 談話室 2・3	『認知症介護～頑張りすぎない介護のコツ～』 介護はひとりで抱え込まず周囲に相談したり、介護福祉サービスや地域の見守り等を活用することが大切です。介護のコツと碧南市の認知症関連事業について紹介します。
第 2 回 7 月 1 7 日 (木)	市役所 談話室 2・3	『認知症のケア～認知症の人への話しかけ方のコツと症状別対応方法～』 認知症の人とのコミュニケーションのポイントや、「こんな時どうするの?」といった認知症の症状ごとの対処法を、グループホーム職員がお伝えします。
第 3 回 9 月 1 8 日 (木)	市役所 談話室 2・3	『認知症のケア～食事支援～』 「食事を食べない」「甘いものばかり欲しがる」「常に食べていないと機嫌が悪い」など食事に関する悩みはありませんか。管理栄養士が食事支援のコツをお話します。
第 4 回 1 1 月 2 0 日 (木)	市役所 談話室 2・3	『家族からのメッセージ～介護をしているあなたへ～』 認知症介護経験者が自分の体験をもとに「本人とともに生きる思い」をお伝えします。同じ悩みや不安を抱える家族介護者同士で語り合い、情報交換や共感を通じて自分らしい介護生活を目指しましょう。
第 5 回 令和 8 年 1 月 1 5 日 (木)	市役所 談話室 2・3	調整中
第 6 回 3 月 1 9 日 (木)	市役所 談話室 2・3	調整中

※時間：13時30分～15時

○申込・問い合わせ先：碧南市役所高齢介護課地域支援係 【電話（0566）95-9890】