

令和2年度 家族介護支援事業等のご案内

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。会場がまなびあテラスの時は、オッティ・マルシェの本格的なカフェが楽しめます。なお、新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、開催を見合わせることもありますので、ご了承ください。

申込先:東根市社会福祉協議会 ☎ **41(2361)**

日程	内容	会場	申込 締切日
6月12日(金) 13:30～15:00	 介護に活かせる市の制度を知ろう！ 講話 & お茶会 	まなびあ テラス	6月8日 (月)
7月17日(金) 13:30～15:00	認知症予防に効果的な食事ってあるの？ 講話 & お茶会 	まなびあ テラス	申込不要
8月20日(木) 13:30～15:00	介護者のリフレッシュタイム① ストレッチ & お茶会 	まなびあ テラス	8月14日 (金)
9月11日(金) 13:30～15:00	コグニサイズであたまとかからだの若返り & お茶会 	まなびあ テラス	申込不要
10月3日(土) 10:00～11:30	 シニアの食生活力アップ① ～講話編～	市ふれあい センター	9月28日 (月)
10月16日(金) 11:00～14:00	 認知症の介護について考えよう！ 講話 & 昼食交流会 自宅等で家族を介護している方限定	まなびあ テラス	10月12日 (月)
11月13日(金) 13:30～15:00	 「他人事じゃない」認知症のはなし & お茶会	まなびあ テラス	申込不要
11月14日(土) 10:00～13:00	 シニアの食生活力アップ② ～調理実習編～	市職業訓練 センター	11月9日 (月)
12月5日(土) 10:00～11:30	 認知症を“もっと”知ろう！ 講話	市ふれあい センター	11月30日 (月)
12月17日(木) 11:00～14:00	 最期まで自宅で過ごせる方法を知ろう！ 講話 & 昼食交流会 自宅等で家族を介護している方限定	まなびあ テラス	12月11日 (金)
1月9日(土) 10:00～11:30	 家族の入院・退院の際に知っておきたいこと 講話	市ふれあい センター	1月5日 (火)
1月14日(木) 13:30～15:00	 自宅でもできる運動で脳を活性化しよう & お茶会 	まなびあ テラス	申込不要
2月6日(土) 10:00～11:30	人生会議とは？～自分らしく生きるために～ 講話 	市ふれあい センター	2月1日 (月)
2月12日(金) 13:30～15:00	 介護者のリフレッシュタイム② お花で心をリラックス！ & お茶会 	まなびあ テラス	2月8日 (月)
3月11日(木) 13:30～15:00	 認知症のお薬のはなし & お茶会	まなびあ テラス	申込不要