11月の家族介護支援プログラム

市内在宅介護・地域包括支援センターやデイサービスセンターでは、家族介護者の交流の場を提供したり、介護についての講座を行ったりしています。

★★★★★ 各種講座の分類 ★★★★★

サロン・交流会	気分転換・リラックス	講演会・勉強会
お茶を飲みながら、ゆっくり懇談。	身体を動かしてリフレッシュ。ちょっとした気分転換に。	介護に関する知識や技術を身に付けます。

開催日時	内容	連絡先
11月7日（土） 13時30分～14時30分	『ほっとカフェ』 日頃の介護の悩み等について気軽におしゃべりしませんか？ 定員：20名（申込順）　持ち物：上履き、飲み物 会場：ぐっどういる境南２F 山桃 参加費：100円　申し込み方法：電話にて	デイサービスセンター ぐっどういる境南 ☎0422-32-6608 境南町３－25－４
11月10日（火） 14時～15時30分	さくらちゃんの介護教室 「介護施設の選び方」 施設の選び方のポイントやタイミング等について学びます。 講師：斎藤弘毅氏（株式会社 介護施設研究所） 定員：20名　持ち物：筆記用具、飲料水 会場：武蔵野プレイス スペースC 参加費：無料　申し込み方法：電話にて	桜堤ケアハウス 在宅介護・地域包括支援センター ☎0422-36-5133 桜堤１-９-９
11月13日（金） 14時～15時30分	「十色Café」 十色 Cafe 初めての試みとして対話型絵画鑑賞プログラム「アートリップ」を開催します。お気軽にご参加ください。 定員：15名程度（申込順）会場：同センター 参加費：100円（お茶代） 申込方法：前日までに電話で	吉祥寺本町在宅介護・地域包括支援センター ☎0422-23-1213 吉祥寺本町４-20-13
11月19日（木） 14時～16時	介護者教室さくらんぼ 「介護者のリフレッシュ③」 ～ミニクリスマスツリー作り～ お花のプロから本格的なミニクリスマスツリーの作り方を学びます。また、お茶とお菓子を囲んで介護についての情報交換もしませんか？ 講師：有川氏（花蔵）定員：10名（申込順） 会場：同センター（ふれあいスペース） 参加費：無料　申し込み方法：電話にて	デイサービスセンター さくらえん ☎0422-51-5550（代表） 桜堤２-８-31

裏面もあります

11月の家族介護支援プログラム

裏面

開催日時	内容	連絡先
11 月 21 日（土） 13 時 30 分～15 時	「より処　親の家」 日頃の介護にまつわる悩みや疑問など、一緒におしゃべりしませんか？ 定員：8名（申込順）　会場：親の家 参加費：無料 申込方法：電話にて（出来れば前日までに）	デイサービスセンター 親の家 ☎0422-55-0509 八幡町３－４－18
11 月 26 日（木） 13 時 30 分～15 時	介護者教室　だんだん畑 「家庭内での感染症予防」 訪問看護師から自宅での感染症対策のポイントを学びます。 講師：STAY 訪問看護ステーション看護師 定員：15 名程度（申込順） 開場：同センター集会室　参加費：無料 申込方法：11 月 25 日までに電話で	吉祥寺ﾅｰｼﾝｸﾞﾎｰﾑ 在宅介護・地域包括支援センター ☎0422-20-0847 吉祥寺北町２－９－２
11 月 28 日（土） 13 時～15 時	「カフェ♡君の名は」 認知症の方や介護者の方の交流と情報共有の場所です。ピアノ演奏を聴きながら日頃の悩みなどお話ししませんか？歌の時間もあります。 定員：30 名程度（申込不要） 会場：ゆとりえ１階デイルーム 参加費：200 円（茶菓子代）申込：不要 共催：南町福祉の会	ゆとりえ在宅介護・地域包括支援センター ☎0422-72－0313 吉祥寺南町４-25-５
11 月 29 日（日） 10 時～11 時	「認知症基本講座」 認知症についての基礎知識、また予防の取り組み、支援のつながり方について学びましょう。 講師：松本剛一氏（ゆとりえ施設長） 渡邉一樹氏（ゆとりえデイサービスセンター） 定員：約 30 名（申込順）参加費：無料 申込方法：電話もしくはメールで yutorie@fuku-musashino.or.jp	ゆとりえ デイサービスセンター ☎0422-72-0312 吉祥寺南町４-25-５

武蔵野市高齢者支援課　☎0422 - 60 - 1846

令和８年１１月１日発行

