



3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



お茶を飲みながら、ゆっくり懇談。

気分転換・リラックス



身体を動かしてリフレッシュ。ちょっとした気分転換に。

講演会・勉強会



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
 3月1日(土) 13時30分～15時	ほっとカフェ 「認知症を知る」 認知症の基礎知識を学びませんか？参加、修了者はオレンジリングを進呈します。 講師：武蔵野赤十字在宅介護・地域包括支援センター職員 定員：20名(申込順) 持ち物：上履き 会場：ぐっどういる境南2F山桃 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 ぐっどういる境南 ☎0422-32-6608 境南町3-25-4
 3月11日(火) 14時～15時	さくらちゃんの介護教室 ～「高齢者の排泄について」～ 知っておきたい排泄トラブルと対処法についての講座です。 講師：牧野美奈子氏(NPO 法人日本コンチネンス協会 理事) 定員：20名 持ち物：筆記用具、飲料水 会場：サンヴァリエ桜堤 中央集会所 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
 3月15日(土) ・13時30分～15時 (親の家) ・13時30分～14時 (Zoom)	「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。Zoomでの開催も始めました。 定員：8名(申込順) 会場：親の家3階会議室 参加費：無料 申込方法：前日までに電話で	デイサービスセンター 親の家 ☎0422-55-0509 八幡町3-4-1

武蔵野市高齢者支援課 ☎ 0422-60-1846

裏面もあります

3月の家族介護支援プログラム

裏面

開催日時	内容	連絡先
 3月21日(金) ① 13時30分～14時 ② 14時15分～14時45分	<p>「ゆとりえ家族介護者個別相談会」 介護に悩まれているご家族の相談会。日頃の悩みや不安を対面、またはオンライン（Zoom）で話し合います。※オンラインの場合は匿名、映像無しも可 講師：松田寿枝氏（看護師） 定員：①、②とも各1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</p>	ゆとりえ デイサービスセンター ☎0422-72-0311 吉祥寺南町4-25-5
 3月22日(土) 13時～15時	<p>介護者教室 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？ 定員：20名 会場：ゆとりえ1階デイルーム 参加費：200円（お茶菓子代） 申込方法：直接会場へお越しください。</p>	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 共催：南町福祉の会
 3月27日(木) 13時30分～15時	<p>介護者教室～だんだん畑～ 「入所施設について」 入所施設の種類やそれぞれの特徴について学びませんか。 講師：齊藤弘毅氏（㈱介護施設研究所） 定員：10名（申込順）会場：吉祥寺ホーム集会室 参加費：無料 申込方法：前日までに電話で</p>	吉祥寺ナーシングホーム 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

武蔵野市高齢者支援課 ☎ 0422-60-1846

（令和7年3月発行）

