

「ひだまり」のご案内

「家族が認知症になり、これからのことが不安」「誰かに話をきいて欲しいけれど、相談できる人がいない」「どう接したらいいかわからない」など、大切な家族だからこそ様々な悩みを抱えていませんか？

認知症の人を支える家族のつどい「ひだまり」は、同じ悩みや不安を抱えた家族が集まり、認知症への理解を深め、情報交換や互いの思いを語り合う場です。仲間と語ることで、心が軽くなることがあります。お気軽にご参加ください。

- 対象者：認知症の人の家族
- 内容：講話、グループワーク 等
- 費用：無料（要予約）
- 日時：毎月第3金曜日（3月は第2金曜日）
午前10時～12時
- 場所：高松市保健所 3階（高松市桜町一丁目10番27号）
駐車場は1時間無料、以降25分毎に100円
- 申込：高松市地域包括支援センター「あんしんサポート」
地域支援係

TEL 839-2811 FAX 839-2815

日 程 表

月 日	テ - マ	月 日	テ - マ
4月19日(金)	仲間との出会いを大切に	10月18日(金)	認知症の人と家族の気持ちを 知ろう
5月17日(金)	認知症の理解と対応について	11月15日(金)	笑顔を求めて ～その人らしさを尊重する 介護～
6月21日(金)	家族のためのロコモティブシン ドローム予防	12月20日(金)	認知症の人や家族を支援する 制度
7月19日(金)	認知症について ～薬剤師の視点から～	1月17日(金)	認知症の人に寄り添う支援 ～サービスの上手な利用の 仕方～
8月16日(金)	認知症になっても安心して暮ら し続けるために～利用できる サービスのいろいろ～	2月21日(金)	家族の健康づくり ～健康づくりのポイント いろいろ～
9月20日(金)	若年性認知症の妻とともに ～男性介護者の視点から～	3月13日(金)	こころ、元気ですか？ ～こころのセルフチェック～