

「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い、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。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（要申込）
- 日時：毎月 第4木曜日 午前10時～正午
（※9月・12月・3月：第2木曜日、5月：第5木曜日）
- 場所：高松市保健センター 5階（高松市桜町一丁目9番12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
令和6年 4月25日(木)	仲間との出会いを大切に ～相談や交流できる場所～	10月24日(木)	認知症の人との接し方 ～リハビリを活かした関わり方～
5月30日(木)	知っておきたい認知症 ～認知症専門医のお話～	11月28日(木)	認知症の人の健康管理 ～お薬相談と薬局の利用方法～
6月27日(木)	認知症とともに生きる ～認知症家族の立場から～	12月12日(木)	認知症の人が利用できるサービス ～介護保険とケアマネジャー との付き合い方～
7月25日(木)	認知症の人が利用できるサービス ～認知症疾患医療センターの 役割と利用方法～	令和7年 1月23日(木)	認知症の人との接し方 ～専門看護師のお話～
8月22日(木)	認知症カフェの現場から ～のぼん café の活動～	2月27日(木)	認知症の人の健康管理 ～ご本人と介護者の体力維持～
9月12日(木)	認知症の人の健康管理 ～食事・栄養について～	3月13日(木)	これからの自分を考える ～ライフプランノートを活用～

《都合により、内容を変更する場合があります》