

# 「寄り添いまっし！やましな！～家族のための介護のヒントと語らいの場～」

(候補) 日時	テーマ	講師
<p>7月10日(金) 14:00～15:00 【家族介護教室】</p>	<p>「自分も相手も癒されるハンドマッサージ」 “癒やしのケア”を体験する！ 内容 ○自宅でできるハンドマッサージ方法を教えてもらう○ ハンドマッサージを受ける ○お茶やお菓子を食べながら座談会</p>	<p>ぬくもりセラピー Elfiin 兵庫 先生</p>
<p>9月18日(金) 14:00～15:00 【家族介護教室】</p>	<p>「eスポーツ体験会」 eスポーツは、だれでも気軽に自由に行えます。 自分や周りの状況を判断しながらコントローラーを操作 することで脳に刺激を与え、認知症の予防につながります。 一緒にeスポーツを体験しましょう！ ※九州工業大学を中心とするグループがおこなった研究によると、 eスポーツに1ヵ月間取り組んだ高齢者はそうでない高齢者に比べて、 認知機能が改善したことが示されたとのこと。 内容 ○eスポーツ機器（ゲーム機本体、ゲームソフト及び専用 コントローラー等）を設置し使い方を説明。 ○参加者が太鼓の達人やぷよぷよを体験する ○高齢者を対象としたeスポーツ体験会を開催し、 介護・認知症予防を図る。</p>	<p>石川県eスポーツ協会</p>
<p>10月19日(月) 14:00～15:00 【家族介護教室】</p>	<p>「入院したら、退院の話をしよう！」 病院には、退院後の生活について相談できる専門家 (医療ソーシャルワーカー)がいます！ 内容 ○医療ソーシャルワーカーの役割 ○いつ相談したらいい？どんな相談ができるの？ ○相談したことで安心して自宅に戻れた事例紹介 ○個別相談の方は予約が必要？</p>	<p>医療ソーシャル ワーカー</p>
<p>12月14日(月) 14:00～15:00 【家族介護教室】</p>	<p>「自分にも役立つ皮膚ケア」 冬は暖房や衣類で皮膚が乾燥しやすいです。 自宅でできる皮膚ケアやどんな状態の時に病院に相談する かを学んで皮膚トラブルを予防しよう！ 内容 ○高齢者に起こりやすい皮膚トラブル ○皮膚トラブルを放置することの危険性 ○普段からできる皮膚ケアについて ○衣服の選び方、保湿・軟膏の塗り方、皮膚観察方法</p>	<p>看護師</p>

# 寄り添いまっし！やましな！

～家族のための介護のヒントと語らいの場～



日々の介護の中で不安や戸惑いを感じることはありませんか？  
共に学び、共に楽しい“ひととき”を過ごしましょう！

**場所**

**金沢赤十字病院 5階 講義室**

日時	テーマ	講師
7月10日(金) 14:00～15:00	「自分も相手も癒されるハンドマッサージ」 “癒やしのケア”を体験しましょう！ 自宅でできるハンドマッサージ方法も学べます。	ぬくもりセラピー Elfiin 兵庫先生
9月18日(金) 14:00～15:00	「eスポーツ体験会」 eスポーツは、だれでも気軽に自由に行えます。自分や周りの状況を判断しながらコントローラーを操作することで脳に刺激を与え、認知症の予防につながります。 一緒にeスポーツを体験しましょう！	石川県eスポーツ協会
10月19日(月) 14:00～15:00	「入院したら、退院の話しよう！」 病院には、退院後の生活について相談できる専門家(医療ソーシャルワーカー)がいます！	医療ソーシャルワーカー
12月14日(月) 14:00～15:00	「自分にも役立つ皮膚ケア」 冬は暖房や衣類で皮膚が乾燥しやすいです。 普段からできる皮膚ケアやどんな状態の時に病院に相談するかを学んで皮膚トラブルを予防しよう！	看護師

お問い合わせ

金沢市地域包括支援センターやましな

241-8165