

『家族介護者教室』のご案内



実践！三位一体の健康づくり

～カラダづくり・アタマづくり・ココロづくり～



依然と続く新型コロナの影響を受けた環境での生活、皆さんはいかがお過ごしですか？人との交流が減っていることで物忘れが進んできているご高齢の方が増えてきています。どのような環境であっても、体・頭・心が元気よく過ごせるよう、自宅でも簡単にできるエクササイズを講師と共に楽しく学びましょう。

- 【日時】 令和3年5月19日（水）13:00～14:30
- 【場所】 高井戸地域区民センター 3F 第9集会室
（住所：杉並区高井戸東3-7-5 京王井の頭線高井戸駅）
- 【講師】 浴風会病院 東京都認知症疾患医療センター
臨床心理士・介護予防運動指導員 青山 幸司氏
- 【参加費】 無料
- 【定員】 15名 先着順
（高齢者ご本人および介護をしているご家族）
- 【申込み】 浴風会病院 東京都認知症疾患医療センター
☎5336-7790



お土産も
付いています

※当日はマスクを必ず着用の上、ご参加をお願いします。
※緊急事態宣言等の要請次第で延期や資料送付になる場合があります。



認知症疾患医療センターの『スタッフ紹介コーナー』

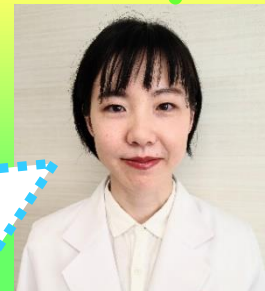
この人
だあれ？

臨床心理士
諸橋 光慧（もろはし みつえ）

趣味：自宅で映画鑑賞、読書
休日の過ごし方：子供と青空の公園で遊ぶ



皆さんへひと言：気持ちのいい季節になりました。お互いに
心身リラックスして過ごしましょうね☆



認知症疾患医療センター職員の「おすすめ書籍」ご紹介コーナー

今年度は、認知症を持つ家族を介護する方々からリクエストいただいた「認知症に関するおすすめの本」をご紹介するコーナーを設けました(^-^)_旦

初回は、「認知症の親をもつ子どもがいろいろなギモンを専門家に聞きました」という長〜いタイトルの書籍をご紹介します。

当センター長の古田医師が担当している患者さんが、もともと就かれていたお仕事の関係者からご縁があり、その患者さんご家族の実体験が一冊の本にまとめられています。当センターの職員が読んでみた感想を以下に掲載してみました。



患者さんご家族が感じる様々な疑問について扱われていますが、インタビュー形式なのでとても読みやすかったですね〜。しかも、患者さんご家族の目線で描かれているためとても共感できました〜。ぜひ医療職の方々にも読んでいただきたいですね。



著者：永峰英太郎／マンガ：たけだみりこ／監修：古田伸夫
出版社：宝島社／価格：1,210円(税込)

いかがでしたか？在宅で過ごさざるを得ない状況が続いていますが、これを機に「認知症」や「認知症を抱える方々ご家族の実際」についてぜひ一緒に考えていけたらと思います。今後ご自分たちのことも考え、ご家族それぞれで読んだ感想を意見交換してみるのも大事ですね。ぜひご感想をお寄せください。



浴風会病院 東京都認知症疾患医療センター
【所在地】 〒168-0071 杉並区高井戸西1-12-1
【連絡先】 TEL: 5336-7790 FAX: 5370-5006
【窓口時間】 平日 9:30~17:00
 ※ 土・日・祝日休み

《交通のご案内》

- 【京王井の頭線】
 - ▼富士見ヶ丘駅 徒歩7分
 - ▼高井戸駅 徒歩9分
- 【JR 荻窪駅南口より 関東バス】
 - ▼『芦花公園駅行』
 - ▼『北野行』
 - ※いずれも『浴風会前』下車 徒歩8分