

# 認知症コミュニケーション講座

この講座は、日ごろ認知症の人を介護されているご家族の方がどう関わっていけばいいのか・・・と悩んでおられる方 そんなみなさんの思いに少しでもお答えできるような内容を盛り込んでいます。

## 令和3年度 【第3回目】

【日 時】 令和4年1月16日(日) 13時30分～15時30分(受付13時15分から)

【場 所】 すこやかプラザ 多目的ホールAB室  
(尼崎市七松町1丁目3番1-502号 フェスタ立花南館5階)

【講 師】 兵庫県立尼崎総合医療センター 認知症疾患医療センター  
臨床心理士 若菅 彩 先生

【内 容】 介護者のストレスとの付き合い方について  
日々感じるストレスとの付き合い方を一緒に考えていきたいと思います。  
リラックス体操や呼吸法など、手軽に実践できる方法のご紹介なども予定しています。

【対象者】 認知症の人を介護されているご家族の方 ※市内在住・在勤

【定 員】 先着 20名

【申込期間】 令和3年12月6日(月)から令和3年12月24日(金)

※申し込み先について※

尼崎市役所包括支援担当 または お住まいの地区を担当する 地域包括支援センター へ  
お申込み下さい。

①尼崎市包括支援担当 認知症・介護予防担当

電話 番号：06-6489-6356

FAX 番号：06-6489-6528

②地域包括支援センター

地域包括支援センター	TEL(局番06)	FAX(局番06)	地域包括支援センター	TEL(局番06)	FAX(局番06)
中央東	4868-8300	4868-8303	立花南	6428-7112	6423-0130
中央西	6430-5615	6430-7720	立花北	6422-3333	6422-0025
小田南	6488-0180	6488-0190	武庫東	4962-5308	4962-5309
小田北	6498-5111	6492-1100	武庫西	6438-3955	6438-3956
大庄南	6417-0125	4950-4715	園田南	6494-8087	6494-8086
大庄北	6430-0511	6430-0512	園田北	6498-0826	6498-0909