



# 花巻中央地域包括支援センター情報



## ～第6回家族介護教室～

### 世界に一つのクリスマスリース



リース飾りは、しっかり止めましょう

第6回家族介護教室を11月28日(金)、花巻市総合福祉センター研修室を会場に開催、在宅で介護されている方など14人の参加がありました。

今回は「介護疲れをリフレッシュ～パート2～」をテーマに、花巻中央地域包括支援センターの柏葉信子介護予防支援員の指導で「クリスマスリース」を作りました。このクリスマスリース作りは昨年度の家族介護教室参加者からのリクエストにより、今年度も実施しました。



飾りつけ難しいね～

参加者からは「今年初めて参加したけど、とても楽しい!! 上手に作れるか不安だったけど、指導いただきすぎてきなりリースができました」「今年もリース作りを楽しみにしていました。参加できて良かった」「飾りつけが難しかったけど、自分オリジナルのクリスマスリースが出来上がりました。また来年も開催してほしい。」などの感想がありました。

クリスマスリース作り後は「きよしのズンドコ節」の曲に合わせて、参加者全員で介護予防体操を行いました。

最後に皆さんでクリスマスリースを手に、記念写真撮影を行いました。



皆さん一緒に左手をあげて!



## あなたも認知症サポーターになりませんか!!

認知症は誰でもなる可能性のある脳の病気です。花巻市では認知症になっても安心して暮らせるまちを目指し、認知症サポーター養成講座を行っています。

認知症サポーターとは、何か特別なことをすることではなく、認知症について正しく理解し、偏見を持たずに認知症の方や家族を温かく見守る応援者です。近所に認知症の方がいた場合に見守るなど、自分のできる範囲で活動します。

詳しくは、花巻中央地域包括支援センターにお問い合わせください。

【電話】24-7246

