

# 男の認知症介護塾

～介護からほっと一息つきませんか？～

男の認知症介護塾(白石区ケア友の会)とは、  
認知症の方を介護する男性が集まり、学び、交流できる場です。

参加費  
無料

**対象者** 白石区内にお住まいの認知症の方を介護する男性

※認知症のご本人も一緒に参加できます。  
認知症のご本人には別室でスタッフが付き添います。

**内容** 介護や家事を行う上で役立つ講話や交流会

～過去のテーマ～

- ・調理実習『簡単手抜き料理』
- ・講話『認知症の方への対応』
- ・認知症カフェにて交流
- ・『介護体験の語り』～札幌認知症の人と家族の会 世話人より～



♪参加者の声♪

- 「苦勞を打ち明けられた」
- 「料理のレパートリーが増えた」
- 「サービスの使い方を相談できた」

**開催日** 年2回、不定期に開催

ご希望の方は、直接ご案内いたしますので、下記までお問い合わせください。  
開催日・内容などの詳細は、広報やホームページ等でもお知らせします。

**お問い合わせ**

白石区保健福祉課保健支援係	TEL 861-2450
白石区第1地域包括支援センター	TEL 864-4614
白石区第2地域包括支援センター	TEL 837-6800
白石区第3地域包括支援センター	TEL 860-1611