

令和6年度

認知症の人の家族のつどい 「あびこ」

ひとりで悩まず、お話ししてみませんか。
ぜひお気軽にご参加ください。

同じ体験をしている
方がいることを知り
救われました

いろいろな方の体験
を聞かせていただき
参考になりました

話を聞いてもらい
気持ちも楽になり
ました

つどいの原則

- 話の内容は会の中だけ
(他言しない)
- 他の方の話は否定しない
(なごやかに)



参加された方からはこんな
お声もいただいています！

会場：けやきプラザ 7階 研修室 ※駐車場は有料

(我孫子駅南口 徒歩1分/本町3-1-2)

対象：認知症の人を介護されている方・介護経験者

- ★費用無料
- ★予約不要

時間：午後1時30分～2時30分



日にち	
令和6年	4月10日(水)
//	6月12日(水)
//	8月23日(金) ★8月のみ第4金曜日
//	10月9日(水)
//	12月11日(水)
令和7年	2月12日(水)

<申込先> 我孫子市高齢者支援課 健康推進係
☎7185-1111

介護をされているご家族の方へ

身近な介護者が全て背負い込んでしまうと体調を崩したり介護うつになりかねません。介護者の気持ちを言い合える仲間や気楽に相談できる相談者を見つけて、肩の力を抜いて介護できるようにしましょう！

市以外の相談・ホームページなどの紹介（一部）	QRコード
「千葉県福祉ふれあいプラザ 介護実習センター」（けやきプラザ1階） 場所：本町3-1-2（我孫子駅南口徒歩1分） 電話：04-7165-2886（火～日9時～18時）※月曜休館（祝日の場合は翌平日） ・介護とこころの相談（10時～16時）※要予約 ・地域の茶の間（毎週金曜日10時30分～12時00分）※予約不要 [認知症の人も、どなたでも参加できる集まりです] ※概ね60歳以上 ※詳細はお問い合わせください	
「認知症の人と家族の会」 本部電話相談：0120-294-456 ※携帯からは050-5358-6578 （受付/月～金10時～15時 土・日・祝日は休み）	
「ちば認知症相談コールセンター」 電話相談：043-238-7731（受付/月・火・木・土10時～16時） （プッシュ回線の固定電話からのおかけの場合 #7100） 面接専門相談 金（予約制）	
「千葉県若年性認知症専用相談窓口」（千葉大学医学部附属病院内） 電話：043-226-2601（月・水・金9時～15時 年末年始・祝日は休み）	
「若年性認知症コールセンター」 電話相談：0800-100-2707（フリーコール） （月～土10時～15時 年末年始・祝日は休み、ただし水曜日は10時～19時）	
千葉県認知症疾患医療センター【東葛北部エリア】 ※認知症の専門医療相談、問題行動への対応等の相談受付 (1)北柏リハビリ総合病院(柏市) 電話相談：04-7110-6611（受付/月～土9時～16時 祝日・年末年始休み） (2)旭神経内科リハビリテーション病院(松戸市) 電話相談：047-330-6515（受付/月～土9時～17時 祝日・年末年始休み） (3)日本医科大学千葉北総病院(印西市) 電話相談：0476-99-0413 （受付/月～金8時30分～17時 土8時30分～16時 祝日・年末年始・創立記念日除く）	
認知症を知るホームページ （認知症情報サイト） e-65.net[http://www.e-65.net] よりそい、つながる 認知症情報サイト	

《 ご本人・ご家族を支える 介護保険サービス 》

日常生活に介護が必要となった場合、介護保険を申請することができます。

介護保険サービスでは…

○ケアマネジャーが相談を受けご本人に合ったケアプランを作成

○多様なサービスを提供

小規模多機能型居宅介護（通い・泊り・訪問を組み合わせ、柔軟にサービス提供）など

認知症対応型デイサービス（通所介護）／グループホーム（認知症対応型共同生活介護）

<介護保険申請の窓口> **我孫子市高齢者支援課 健康推進係 ☎ 7185-1111**

