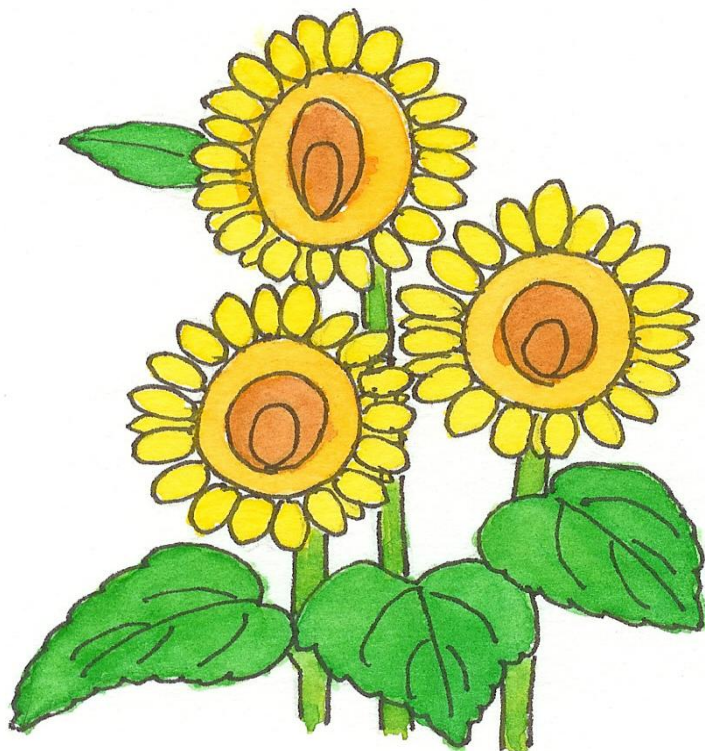


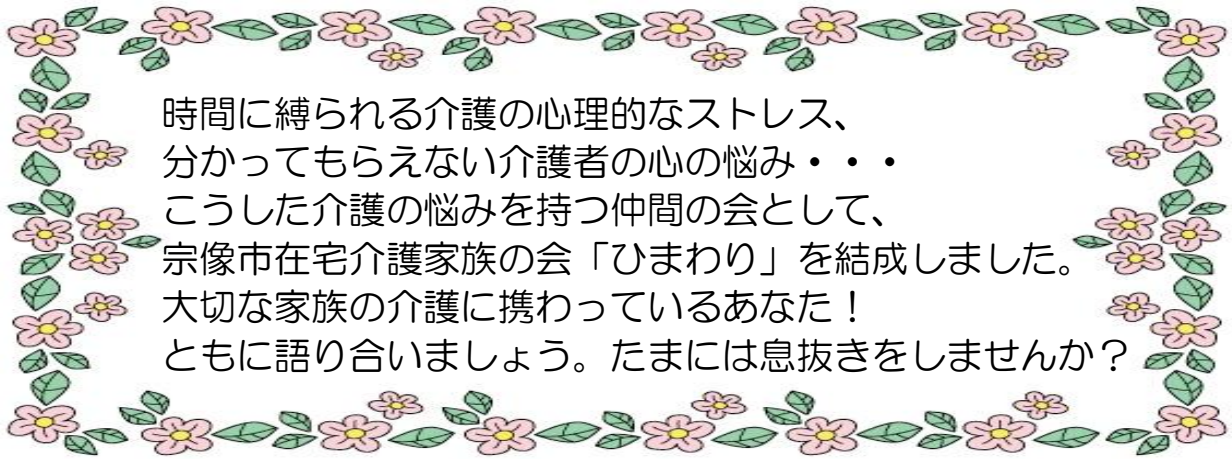
宗像市在宅介護家族の会 「ひまわり」

入会のおさそい

認知症その他、介護を必要とする家族をかかえる
介護者の会に参加しませんか！

お互いの情報を交換しあい、互いに支えあう会です





時間に縛られる介護の心理的なストレス、
分かってもらえない介護者の心の悩み・・・
こうした介護の悩みを持つ仲間の会として、
宗像市在宅介護家族の会「ひまわり」を結成しました。
大切な家族の介護に携わっているあなた！
ともに語り合いましょう。たまには息抜きをしませんか？

1 介護者の抱える悩みは、さまざまです

認知症その他、介護を必要とする家族を抱えて毎日奮闘している在宅介護者の悩みは、百人いれば百通り、さまざまです。

- ① いつまで続くか分からない、時間に縛られる介護への心理的なストレス
- ② 家族や周囲の人に「介護」の苦勞が分かってもらえない孤独感
- ③ 被介護者とのコミュニケーション、人間関係の悩み
- ④ 24時間、夜中も休むことのない介護、一時も気を休めることのできない介護
- ⑤ 認知症高齢者の言動に頭を悩ます毎日
- ⑥ 介護者自身が高齢、または病弱な中での介護の大変さ

これらの介護者の悩みは、会員からの声です。

2 「ひまわり」はこんな人たちの会です

- 認知症その他、介護を必要とする家族を主に在宅で介護している人
- 過去、介護の経験のある人
- その他、会が認める人

この会は、主に、在宅での介護に携わっている会員の方々が抱える悩みや不安を本音で語り合える場を大切にしています。そのことを通して、お互いの情報交換と心身のリフレッシュをはかり、介護にかかる諸問題の軽減に取り組んでいます。

3 会費は年1千円です

会員の年会費は一人1,000円です。

入会日が年の半分を過ぎた場合は、その年のみ500円です。

「ひまわり」はこんなことをしています

毎月1回の定例会（おしゃべり会）



1泊・1日リフレッシュ事業



介護に関する学習・研修会



②介護者の悩み・心配事相談

相談日 毎月 第2・4土曜日

時間 午前10時～午後3時まで

場所 街道の駅「赤馬館」…宗像市赤間4丁目1-8（赤間宿・勝屋酒造横）

相談員 同会の介護経験者

上記の場所だけではなく、電話のみの相談も受け付けています。
(☎080-6449-2223) 日・祝日を除く 9時～17時

■ 連絡・問合せ先 ■

宗像市在宅介護家族の会

ひまわり

連絡先／宗像市久原 180 番地 メイトム宗像
宗像市社会福祉協議会内

Tel : 0940-37-1300

Fax : 0940-37-1393

