

【参加者同士の交流会】

12:50~13:20

【対象者】 家庭で介護をされている方・されていた方
介護に関心のある方

ご自宅で介護をされている方が、日頃のお悩みや不安を話し合い、
情報交換を行う機会としています。

去年は、介護をされている7名の方が参加され、2グループに分か
れてお話しいただきました。

お互いの介護方法や工夫していること等の情報交換や、介護する側の
健康管理や介護予防として行っている散歩や体操などについて時間い
っぱい話し合い、盛り上がっていました。



交流会の様子

【講演】 高齢者が薬・健康食品と
上手につきあうために
13:30~15:30

講師： 小川 勝人 先生
薬剤師

【内容】

薬や健康食品の基礎知識（特徴や危険性など）
を学び、薬や健康食品と上手に（安全に、効率
よく）付き合う方法を身につける。

【対象者】 介護に関心のある方、
どなたでもご参加ください。

