

がんばらない介護生活 ～自分らしい暮らしを支える～

11月11日は「介護の日」です。がんばらない介護生活を考える会では、2005年より毎年「介護の日」セミナーを開催し、介護をする側・介護を受ける側双方に負担をかけ過ぎない「がんばらない介護生活」を実現するための情報を提供してきました。高齢社会の広がりにつれて、介護を受ける高齢者の暮らし、住まいにも、多くの選択肢が出てきています。今回のセミナーでは、介護に関わる方々への応援のメッセージとともに、介護と住まい、介護と暮らしについて、その人らしい介護生活を送り・支えるための最新の情報をお届けします。自分らしい「がんばらない介護生活」を一步進めるために、ぜひご参加ください。

参加無料

2010年「介護の日」セミナー実施概要

日時 **11月11日(木)**
13:00～16:30(開場12:15)

定員: 申込先着 550名様

主催:  **がんばらない介護生活を考える会**

特別協賛: **エリエール アテント**

協賛: ヤヨイ食品株式会社、株式会社ヤマシタコーポレーション、株式会社プロトコーポレーション、株式会社ユーミーケアほか

後援: 厚生労働省、社会福祉法人全国社会福祉協議会、全国地域包括・在宅介護支援センター協議会、日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会、日本コンチネンス協会、高齢社会をよくする女性の会(申請中)

会場 **ヤクルトホール**

〒105-8660 東京都港区東新橋1-1-19
Tel: 03-3574-7255(代)

JR線 山手線・東海道線 新橋駅 銀座口から徒歩3分

地下鉄 都営地下鉄浅草線 新橋駅 汐留1番出口から徒歩1分

都営大江戸線 汐留駅 徒歩5分

東京メトロ銀座線 新橋駅 2番出口から徒歩2分

新交通 ゆりかもめ 新橋駅 徒歩3分



プログラム

※12:15より、ロビーにて協賛企業による展示・本の販売を実施いたします。

プログラム1

介護に関わる人への 応援講演

かまた みのる
講師: 鎌田 實 (諏訪中央病院 名誉院長/
医師/がんばらない介護生活を考える会 委員代表)



鎌田 實 委員代表

プログラム2

【自分らしい暮らし・自分らしい住まい】トーク

おかもと ゆうぞう
講師: 岡本 祐三
(国際高齢者医療研究所所長/
岡本クリニック院長/医師/
がんばらない介護生活を考える会 委員)



岡本 祐三 委員

おきふじ のりこ
ゲスト: 沖藤 典子
(ノンフィクション作家/
高齢社会をよくする女性の会 副理事長)



沖藤 典子さん

プログラム3

【らくらく介護講座】 おむつの上手な選び方・使い方

よしだ みちこ
講師: 葎田 美知子
(NPO法人メイアイヘルプユー理事/
看護師/がんばらない介護生活を考える会 委員)



葎田 美知子 委員

プログラム4 ミニコンサート

笑って歌って みんな一緒に元気になろう

はたまりこ
出演: 秦 万里子さん
(半径5メートルの日常を歌う音楽家)



秦 万里子さん

申込先着
550名様

セミナーのお申し込みは裏面の必要事項をご記入の上、葉書、FAXもしくはeメールでお送りください。
10月29日(金)までにお申込みいただいた方には、参加券を送らせていただきます。

お問い合わせ先

「がんばらない介護生活を考える会」事務局 <http://www.gambaranaikaigo.com> TEL: 03-3541-6262 (土日祝を除く 10:00~17:00)

2010年「介護の日」セミナーお申し込み

11月11日(木) 13:00～ ヤクルトホール

「がんばらない介護生活を考える会」事務局宛 **FAX:03-3549-1685**

10月29日(金)までにお申し込みいただいた方には参加券を送らせていただきます。

お名前(ふり仮名) 事業所の方は「事業所名」と「担当者のお名前」	
住所 〒	
電話番号 ()	職業・資格
FAX番号 ()	セミナーご参加人数 人
ぜひ講師に聞きたい内容など	

ご記入いただきました個人情報は、参加券発送とセミナー運営のためにのみ使用させていただきます。

eメール・葉書にてお申し込みの場合は、上記の内容を明記して以下までお申し込みください。

「がんばらない介護生活を考える会」事務局宛

eメール info@gambaranaikaigo.com

葉書 〒104-0045 東京都中央区築地2-7-12 15山京ビル605

お問い合わせ先:「がんばらない介護生活を考える会」事務局 <http://www.gambaranaikaigo.com> TEL:03-3541-6262(土日祝を除く10:00~17:00)

「がんばらない介護生活を考える会」

医師・看護師・介護アドバイザー・心理カウンセラーを委員とし、2002年9月25日に設立。「がんばらない介護生活」は、介護をする側にも介護を受ける側にも、過度の負担を強くない、やさしいケアの考え方です。一人で介護を抱え込むのではなく、社会的なサービスを上手に利用して、精神的にゆとりのある質の高い介護を目指します。「がんばらない介護生活」を続けるための情報提供を小冊子、ホームページ、セミナーなどを通しておこなっています。

委員:鎌田實(諏訪中央病院名誉院長)・岡本祐三(国際高齢者医療研究所所長)・西村かおる(日本コンチネンス協会会長)・別府明子(カウンセラー)・
霞田美知子(NPO法人メイアイヘルプユー理事)

賛同人:荒木由美子・伊藤亜記・伊藤弘泰・内田恵理子・江頭文江・岡和子・くさか里樹・末原紀美代・袖山卓也・坪内ミキ子・鶴丸礼子・野田真智子・
野原すみれ・羽成幸子・樋口恵子・堀口貞夫・堀口雅子・横森美奈子・渡辺俊之 <敬称略>