

ご家族のものの忘れや認知症、接し方などで悩んでいませんか？

家族も

ご本人も

気持ちが楽になる

認知症の家族との暮らし方講座

認知症やものの忘れの理解と
上手に付き合う家族のヒントをお伝えします

最近、こんな悩みや
不安を感じていませんか？

- ☐ 同じことを何度も聞かれる
 - ☐ もの忘れが増えてきて心配
 - ☐ 接し方に悩むことがある
 - ☐ 誰に相談したらよいかわからない
- 等

講座の内容

この講座では、

- ・ 認知症の基礎知識
- ・ 接し方や対応のヒント
- ・ ご家族の気持ちを楽にするヒント
- ・ 頼りになる地域の相談先

などをわかりやすくお伝えします。

※日程により講座内容が異なります。(詳細は裏面)

※好きな日程・講座より参加できます

対象：認知症の方を介護しているご家族、
ご家族のものの忘れや認知症が気になるご家族の方など

那覇市では18箇所の地域包括支援センターで家族教室を合同開催しています。

那覇市に住むご家族の方であればお住まいの地区に限らず参加できます。

ご家族だけで悩まず 介護のヒントを得る場 または 日頃の大変さや思いを語り合う場 として
まずは、気軽にご参加ください。

事前お申込み制

(開催日前日までに申し込みください)

参加費 無料

定員 先着20名程度

(定員になり次第締め切り)

会場

日程により会場が異なります。

詳しくは裏面をご覧ください

Webから

二次元コードより専用フォームへ
アクセスしてください。(開催2日前まで)



お電話から

098-862-9010

(那覇市チャールズがんじゅう課

担当：米須、石橋、川鍋)

または お住まいの地区の
地域包括支援センターへ



(令和8年度 那覇市認知症家族介護教室)

ご家族のものの忘れや認知症、接し方などで悩んでいませんか？

家族も

ご本人も

気持ちが楽になる

認知症の家族との暮らし方講座

講座テーマ

「知っておきたい介護のコツ」

～介護用品の使い方や介護方法など負担を軽くするヒント～

おもと会 結ま～るケアプロジェクト

講師：金城 知子氏（作業療法士）

日時 **7/18 (土) 10:00-12:00**

認知症やものの忘れの理解と上手く付き合う家族のヒントをお伝えします

対象：認知症の方を介護しているご家族、
ご家族のものの忘れや認知症が気になるご家族の方
将来的に介護する可能性がある方など

那覇市では18箇所の地域包括支援センターで家族教室を合同開催しています。

那覇市に住むご家族の方であればお住まいの地区に限らず参加できます。

ご家族だけで悩まず介護のヒントを得る場または日頃の大変さや思いを語り合う場として
まずは、気軽にご参加ください。

参加費 **無料**

定員 **先着20名程度**

(定員になり次第締め切り)

会場

ケア・クロッシング寄宮
(那覇市寄宮1-16-12)

※駐車場は数に限りがあります。

※公共交通機関のご利用のご協力をお願いします。

事前お申込み制

(開催日前日までに申し込みください)

🌐 Webから

二次元コードより専用フォームへ

アクセスしてください。(開催2日前まで)



お電話から

098-862-9010

(那覇市チャーがんじゅう課

担当：米須・石橋・川鍋)

または お住まいの地区の
地域包括支援センターへ



(令和8年度 那覇市認知症家族介護教室)

ご家族のもの忘れや認知症、接し方などで悩んでいませんか？

家族も

ご本人も

気持ちが楽になる

認知症の家族との暮らし方講座

講座テーマ

「認知症世界の歩き方」

～本人視点で知る認知症の理解～

講師：那覇市認知症地域支援推進員

日時 8/22 (土) 10:00-12:00

認知症やもの忘れの理解と上手く付き合う家族のヒントをお伝えします

対象：認知症の方を介護しているご家族、
ご家族のもの忘れや認知症が気になるご家族の方
認知症について学びたい方・関心がある方 どなたでも

那覇市では18箇所の地域包括支援センターで家族教室を合同開催しています。

那覇市に住むご家族の方であればお住まいの地区に限らず参加できます。

ご家族だけで悩まず介護のヒントを得る場または日頃の大変さや思いを語り合う場として
まずは、気軽にご参加ください。

参加費 無料

定員 先着20名程度

(定員になり次第締め切り)

会場 フラワーホール那覇
小禄(小禄1-11-1)

※駐車場は数に限りがあります。

※公共交通機関のご利用のご協力をお願いします。

Webから

事前お申込み制

(開催日前日までにお申し込みください)

🌐 二次元コードより専用フォームへ
アクセスしてください。(開催2日前まで)

📞 お電話から

098-862-9010

(那覇市チャージング課
担当：米須・石橋・川鍋)

または お住まいの地区の
地域包括支援センターへ



家族も
ご本人も

気持ちが楽になる

認知症の家族との暮らし方講座

認知症と上手く付き合う家族のヒントをお伝えします

開催スケジュール・内容 ※気になる回のみへの参加も可能です。

4/18

[土曜日]

認知症世界の歩き方

(本人視点で知る認知症の理解)

時間：10：00～12：00 場所：ほしぞら公民館

4/23

[木曜日]

認知症のご本人・ご家族交流会

10：00～12：00 場所：ともかぜ振興会館など

5/16

[土曜日]

家族のここを守るケア

(介護ストレスとの向き合い方)

10：00～12：00 場所：ほしぞら公民館

5/29

[金曜日]

認知症のご本人・ご家族交流会

時間：9:00～11：30 場所：那覇市職員厚生会館

6/20

[土曜日]

認知症とお金の備え

(預金・財産管理の基本)

10：00～12：00

場所：ケア・クロッシング寄宮
(那覇市寄宮1-16-12)

7/18

[土曜日]

知っておきたい介護のコツ

10：00～12：00

場所：ケア・クロッシング寄宮
(那覇市寄宮1-16-12)

7/31

[金曜日]

認知症のご本人・ご家族交流会

10：00～12：00

場所：調整中

お申込みはお電話または

右の二次元コードよりオンラインにて申し込みください。

那覇市チャージがんじゅう課 098-862-9010 (担当：米須、石橋、川鍋)

または お住まいの地区の地域包括支援センターへ



ご家族も ご本人も

気持ちが楽になる

認知症の家族との暮らし方講座

認知症と上手く付き合う家族のヒントをお伝えします

開催スケジュール・内容 ※気になる回のみへの参加も可能です。

8/22

認知症世界の歩き方

(本人視点で知る認知症の理解)

[土曜日]

時間：10：00～12：00 場所：フラワーホール那覇

9/10

認知症のご本人・ご家族交流会

[木曜日]

10：00～12：00 (予定)

場所：調整中

9/26

家族のこころを守るケア

(介護ストレスとの向き合い方)

[土曜日]

10：00～12：00 場所：フラワーホール那覇

10/24

認知症とお金の備え

(預金・財産管理の基本)

[土曜日]

10：00～12：00 場所：わらていーだ国場

11/12

認知症のご本人・ご家族交流会

[木曜日]

14：00～16：00

場所：調整中

11/28

知っておきたい介護のコツ

[土曜日]

10：00～12：00 場所：わらていーだ国場

お申込みはお電話または

右の二次元コードよりオンラインにて申し込みください

那覇市チャージんじゅう課 098-862-9010 (担当：米須、石橋、川鍋)

または お住まいの地区の地域包括支援センターへ

