

# 福祉フォーラム

開催日 6/30(日)  
開催時間 10:00~16:00  
予約 5/16(木)9:00から  
受付開始!  
TEL:04-7157-0280  
パレット柏総合受付まで

スタンプラリーも同時開催!!

時間:10:00~16:00

ルームABC・  
ルームE・多目的A  
を回りスタンプを集め景品ゲット!  
※景品に限りがあります。



## 11 体験 懐かしい音楽に合わせて 健康体操をしましょう

要予約

音楽に合わせて誰でも  
気軽にストレッチや筋  
トレ、簡単な遊びの運動  
で身体の隅々までほぐ  
しましょう。

時間:10:00~12:00  
場所:多目的B  
定員:20名  
参加費:500円  
持ち物:上履き  
(スリッパ不可)  
水分補給



さわやか3B健康体操  
パレット柏

## 16 講座 家族に笑顔が戻る「施設での介護」

正しい介護について学び  
ませんか?家族の思い込  
みから距離を置くことで、  
病状の改善も可能です。

時間:13:00~13:40  
場所:オープンスペース  
定員:どなたでも  
参加費:無料



地域パートナー推進協議会  
介護・認知症の家族と歩む会  
介護福祉士 河内 万理子氏

## 1 展示・相談 在宅での医療と介護を知ろう

スタンプ  
ラリー

在宅介護のサービスや訪問  
リハビリ、居宅介護事業所な  
どの情報提供を行います。  
また、栄養・食事・歯科・腔内  
衛生の相談や食支援展示、  
薬全般の相談や血圧測定も  
無料で行います。  
※糖化測定は500円

時間:10:00~15:00  
場所:ルームABC  
定員:どなたでも  
参加費:測定一部有料(500円)



金剛寺歯科クリニック  
地域包括支援センター  
みどり居宅介護支援事業  
柏訪問リハビリステーション  
栄養サポートかしわ  
訪問看護ステーションしおり  
小規模多機能型居宅介護 なごみ  
ハーブランド薬局

## 4 鑑賞 DVD上映:優しいケア ユマニチュード

認知症ケアの技法と  
して注目されている  
「ユマニチュード」を  
NHKのDVDで  
学びます。

時間:13:30~15:00  
場所:ルームD  
定員:どなたでも  
参加費:無料



ケアラー支援ネットワーク協議会

## 5 体験・展示 高齢者/障がい者/障がい児の モビリティ機器の展示試乗

スタンプ  
ラリー

歩行や移動をアシストす  
るモビリティ機器の展示  
試乗とパラスポーツ用機  
器の展示を行います。

時間:10:00~15:00  
場所:ルームE  
定員:どなたでも  
参加費:無料



(株)モビリカ

## 7 相談 おしゃべり広場(交流会・認知症相談会)

子育て、家事、介護の疲れ  
などを野茶を飲みながら  
おしゃべりしませんか?  
笑顔になれる溜まり場  
です。気軽にお越しき  
ださい。

時間:10:00~16:00  
場所:ルームFG  
定員:どなたでも  
参加費:無料



笑顔の会 さらら  
地域パートナー推進協議会

## 8 講座 ワークショップ「ときめいて生きる」

要予約

ことばで笑顔の毎日。  
人生を豊かにする  
"ことば"の力を考えます。  
(同時開催:「かがみ遊び」  
潜在意識の気づき)

時間:13:00~14:00  
場所:ルームFG  
定員:どなたでも・15名  
参加費:500円



笑顔の会 さらら

## 2 講座 本当に安全な「食」とは ~生活習慣病の改善~

添加の多い食事は注意  
が必要です!身近な野草  
等で出来る健康茶や、  
安全な食品の作り方を  
学びます。

時間:10:30~12:00  
場所:ルームD  
定員:どなたでも  
参加費:無料



笑顔の会 さらら  
東葛健康管理士会 会長  
久保田 乃美子氏

## 3 体験 香功~身体調整体操~

血液・リンパの流れを  
促進し、脳と身体の若  
返りを進めます。美容  
の効果もあります!  
ぜひご参加下さい。

時間:12:00~12:45  
場所:ルームD  
定員:どなたでも  
参加費:無料



笑顔の会 さらら  
介護・認知症の家族と歩む会

## 6 体験・講座 認知症疑似体験~心と脳の混乱の解説~

要予約

音響と画像で認知症疑似体験と、  
臨床心理カウンセラーによる  
解説を行います。  
問い合わせ先  
北川 090-5509-5398

時間:10:00~12:00  
場所:ルームFG  
定員:認知症患者・介護家族 30名  
参加費:500円



介護・認知症の家族と歩む会



日本認知症ケア学会  
認知症当事者  
北川 邦彦氏

## 9 体験 脳ストレッチ& アロマハンドトリートメント

スタンプ  
ラリー

アロマハンドトリートメント  
で癒し体験。脳ストレッチ  
で体と心のバランスを整え  
ましょう。  
※1人15分程度でお持ち  
いただくこともあります。

時間:10:00~15:00  
場所:多目的A  
定員:どなたでも  
参加費:無料



生き生きストレスケアサークル

## 10 相談・体験 「おしゃべりカフェ」で 認知症相談

スタンプ  
ラリー

認知症ご本人の仲間  
づくり・情報交換の場  
所です。認知看護認定  
介護士による認知症  
相談も行います。

時間:10:00~15:00  
場所:多目的A  
定員:どなたでも  
参加費:無料



ケアラー支援ネットワーク協議会  
柏認知症本人ワーキンググループ  
柏厚生総合病院

## 12 体験 歌の教室 ~歌って元気になろう~

要予約

懐かしい日本の歌、世界  
の歌を、鈴木一代さんの  
指導でみんなで元気に  
歌いましょう。

時間:13:00~14:20  
場所:多目的B  
定員:どなたでも・40名  
参加費:500円



チバカシCC

## 13 体験 ギターで歌おう!

要予約

フォークソング・  
ポップス・歌謡曲を、  
有吉かつこさんの指  
導でみんなで元気に  
歌いましょう。

時間:14:30~16:00  
場所:多目的B  
定員:どなたでも・40名  
参加費:500円



チバカシCC

## 14 講座 介護が始まる前に 知っておきたいお金の話

介護にかかる具体的な  
費用やその他の出費に  
ついて、準備しておく事  
について学びます。

時間:10:00~11:30  
場所:オープンスペース  
定員:どなたでも  
参加費:無料



終活ガイド認定講師:鈴木 治美氏

## 15 講座 私のこの物忘れだじょうぶ?

歳相応の物忘れと  
認知症の違いは?  
MCI(認知症予備軍)  
でも生活の工夫で  
改善が可能です!

時間:11:30~12:15  
場所:オープンスペース  
定員:どなたでも  
参加費:無料



日本認知症本人  
ワーキンググループ パートナー  
講師:柏木 とき江氏

## 17 講座 この生命は誰のもの

介護・医療の現場では  
本人の意思が尊重、  
優先されているのか?  
看護師 山本 千鶴子氏  
から現場の現実を  
お聞ぎします。

時間:13:40~14:20  
場所:オープンスペース  
定員:どなたでも  
参加費:無料



地域パートナー推進協議会  
介護・認知症の家族と歩む会  
看護師(看取師) 山本 千鶴子氏

## 18 講座 絆・感じる・つながる・助け合う

本当に助けが必要なのは  
障がいのある方や高齢者  
だけなのでしょうか?  
地域福祉の根本について  
考えます。

時間:14:20~15:00  
場所:オープンスペース  
定員:どなたでも  
参加費:無料



地域パートナー推進協議会  
介護・認知症の家族と歩む会  
介護福祉士 阿部 緑氏

## 19 体験 華麗に変身&フォトコーナー

プロのプロウとメイクを  
してもらい、写真撮影で  
思い出の1枚を作らせ  
ませんか?

時間:11:00~15:00  
場所:オープンスペース  
パソコン前  
定員:介護家族  
参加費:無料



美容室Lea(レア)

## 20 販売 福祉に関わる方々の物品展示販売

障がいのある方々や高齢  
者が制作した物品展示販  
売を行います。

時間:10:00~16:00  
場所:オープン 自販機前  
定員:どなたでも  
参加費:無料



我孫子市立我孫子中学校  
NPO柏地域福祉ネット"風の木"  
社会福祉法人 かたくり会 美南園