

これから在宅介護を考えている方へ

子連れOK!



定員30名!

ゆるケアでいこう

～最期まで自宅で“愉しく”暮らすために～

「親が認知症になったら...」「自宅で見てあげたいけど自信がない」
在宅介護はその実際を知らないからこそ不安になりがちです。
そこで三鷹で活躍する介護や医療のプロが実践的な工夫や心構えを
わかりやすくお伝えします。
さらに頑張りすぎず、力を抜いて続けられる「ゆるケア」の考え方
もご紹介。ムキにならない介護こそ、長く続けるための秘訣です。

9月6日(土) 14:30～

会場

三鷹市福祉laboどんぐり山 3階会議室
三鷹市大沢4-8-8

参加費
500円

グレースケア代表
柳本文貴



この道35年 介護のプロ

東郷医院代表
東郷清児



在宅医療歴 30年

主催 ミライアクションみたか



申し込みはこちらから→ group@miraiaction.jpn.org



介護・医療のプロの話を聞いてみませんか？

こどもから高齢者まで、三鷹市で病気や障がいをもつ人と家族を支えてきたお二人が、在宅介護で実際に役立つ知恵や工夫をお話しします。少人数での開催になるため「これを教えて欲しい！」という質問も気軽にできます。



プログラム（予定）

- 柳本さん講演 在宅介護のメリット・デメリット
- 東郷さん講演 在宅医療でできること・できないこと
- グループワーク 具体的な事例をもとに一緒に考える
- 柳本さん・東郷さん トークセッション
- 質問タイム

講師紹介



柳本文貴さん

NPO グレースケア代表理事。介護福祉士、社会福祉士。保育士。障がい当事者運動から介助を始め、市内の老人保健施設、認知症グループホームを経て、平成19年グレースケアを設立。「お困りごとからお楽しみまで」をモットーに、訪問のほか民家デイ、シェアハウス、相談、整理収納、旅行など、幅広く地域の暮らしを支え続けている。「とうきょう地域ケア研究会」や「ケア社会をつくる会」でも介護制度の危機と希望を発信している。



東郷清児さん

医療法人社団医輝会 理事長、東郷医院 院長。専門は内科・老年期精神神経医学。東京都立多摩老人医療センター（現在の多摩北部医療センター）精神科、武蔵野赤十字病院内科などに勤務する傍ら、武蔵野市内の診療所で在宅医療に従事。平成11年より、市中病院の在宅診療部部長、平成18年より在宅療養支援診療所院長として在宅医療、在宅ホスピスを専門に活動。平成27年より現職。平成27年10月に医療・福祉と地域を繋ぐ「東郷倶楽部」を設立し、代表を務める。

場所 三鷹市福祉labo どんぐり山3階会議室

三鷹市大沢4-8-8

（三鷹市役所から自転車約15分）

※公共交通機関のご利用をお願いしています。

【三鷹駅南口バス小田急バス（5番乗り場）より】

- ・大沢橋、羽沢小学校前下車 徒歩5分
- ・神代植物公園前下車、徒歩10分
- 鷹51「調布駅北口行」
- 鷹56「神代植物公園前経由 調布駅北口行」
- 鷹58「調布飛行場行」



主催

ミライアクションみたか
miraiaction.jp.org

お問合せ先 group@miraiaction.jp.org

ホームページ miraiaction.jp.org

