

～在宅介護者のつどいのご案内～

セラピューティック・ケア



ほっと一息
つきませんか？

- 日時 令和4年5月19日(木) 10:30開始 12:00 ごろ解散
場所 宮若市社会福祉センター 2階会議室
対象者 家族の介護をされている方、以前家族の介護をされていた方 など
※ご不明な点は気軽におたずねください
内容 セラピューティック・ケアの紹介、その後実際にケアを受けてみましょう
参加費 無料
申込み 宮若市社会福祉協議会へお電話ください

講師:認定 NPO 法人日本セラピューティック・ケア協会 赤星 映子 先生

セラピューティック・ケアとは…

両手で背中や肩をやさしく撫でて、緊張した心と体をほぐし、安らぎを提供する、「英国赤十字社」が考案したケア方法です。撫でられているうちに体がポカポカしてきて、気持ちが落ち着き、眠くなってきたりします。

認知症の諸症状の改善につながるオキシトシン（愛情ホルモンとも呼ばれ、触れる人と触れられる人の間に愛情や信頼感を生じさせる働きのあるホルモン）や、セロトニン（精神のバランスを整えたり、眠気をもたらす働きのある脳内物質）の分泌を促します。

新型コロナウイルス感染症対策

- ・消毒、検温、マスク着用にご協力ください
- ・発熱、咳など自覚症状のある方は参加をご遠慮ください
- ・感染状況によっては延期もしくは中止する場合があります

お問合せ 宮若市社会福祉協議会

担当：石井

☎0949-32-0335

FAX 0949-32-1009

〒823-0011
宮若市宮田4406-1