令和7年度

公認心理師による
大和市認知症相談・介護者交流会

市では認知症の人を介護しているご家族や支援者の方を対象に、介護に対するお気持ちを整理していただくための機会として、公認心理師による個別相談、介護者交流会を開催しています。ぜひご利用ください。

◆対 象 者：認知症の人を在宅で介護している家族等
（認知症の本人又は介護者が、大和市民）

◆参 加 費：無 料

◆申し込み：大和市人生100年推進課 認知症施策推進係
電話 046-260-5612

※「広報やまと」掲載後、申し込み開始となります。

個別相談（予約制）	介護者交流会（予約制）
公認心理師の視点で、認知症の人への接し方や介護をするご家族等の心身のストレスを軽減する方法等についてご相談に応じます。 定員：3名（1人40分） 時間：①13:30～ ②14:30～ ③15:30～ ※① 9:30～ ②10:30～ ③11:30～ 6月 ①9:00～ ②10:00～ ③11:00～ 会場：大和市保健福祉センター	認知症という病気や介護をきっかけにして、家族が介護とのつきあい方やこれからの自分の生活について考えていく場です。公認心理師がサポートします、安心してご参加ください。 定員：10名 時間：13:30～15:30 会場：大和市保健福祉センター

日程	掲載広報	日程	掲載広報	日程	掲載広報
令和7年 4月16日（水）	3月号	10月15日（水）	9月号	令和7年 5月21日（水）	4月号
※5月21日（水）	4月号	※11月19日（水）	10月号	7月16日（水）	6月号
6月18日（水）	5月号	12月17日（水）	11月号	9月17日（水）	8月号
※7月16日（水）	6月号	令和8年 ※1月21日（水）	12月号	11月19日（水）	10月号
8月27日（水）	7月号	2月25日（水）	1月号	令和8年 1月21日（水）	12月号
※9月17日（水）	8月号	※ 3月4日（水）	2月号	3月4日（水）	2月号

※ 公認心理師とは、公認心理師法を根拠とする国家資格で、心理学に関する専門的知識や技術をもって、人間の “こころ”の問題にアプローチする “心の専門家” です。

公認心理師からのメッセージ

聖徳大学
心理福祉学部　心理学科
教授　北村　世都　先生

認知症というと物忘れだと思われがちですが、
認知症の人とのコミュニケーションや人間関係が
うまくいかないことが、
物忘れ以上に本人や家族を苦しめます。
それは時に、親子関係や夫婦関係が
本当にこれでよかったのかという
人生全体への後悔につながって、
さらに大きな苦悩を抱えることさえあります。

そのような状況の中で、
本人や家族の中の誰か一人だけに、
犠牲や苦悩が集中してしまうと、
家族のうつ病や本人への虐待に発展し、
やがて家族全員の生活が破綻してしまいます。

大切なことは、家族が「認知症の人をどう介護したらよいか」ではなく
「認知症の人の家族である『私』が、これからどう生きていったらよいか」を考え、
それを自分で決断することです。

これは大げさに聞こえるかもしれませんが、
多くの先輩介護者から賛同していただける意見です。
認知症の人と暮らす他の家族の方や専門職が力になると思います。

✿認知症の人を介護するあなたへ✿

自分の人生をより良くするために、
あなたの気持ちを話してみませんか？