

要申込  
先着順

100名

参加費無料

病気・認知症になっても、一人で安心して暮らせる  
「在宅療養」について学んでみませんか？

# いつまでも自宅で 暮らせるって ホント？

令和7年度第2回 在宅療養講座 ～在宅ケアのいま～

在宅療養の  
今はコチラ



令和8年

2 / 14土

時間

午後2時から午後4時まで  
(受付▶午後1時30分から)

場所

すこやかプラザ あだち  
3階 大研修室  
(江北5-14-5)

申込期間

令和7年12月15日(月)から  
令和8年 2月10日(火)まで

足立区

詳しくは裏面をご確認ください。

知ると分かる、すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI

## 第1部 在宅療養ってなに？

「病気をかかえていても、介護が必要になっても、自宅で暮らせるの？」  
あなたやご家族が安心して自宅で暮らせるための支援チームがあります。  
入院でも、施設でもない、「在宅療養」という選択肢について、  
分かりやすくお伝えします。



講師

足立区医師会  
ふれあいファミリークリニック 医師  
角 允博氏

## 第2部 「てぬぐい体操」

使っていなかった筋肉にスイッチオン！  
「てぬぐい」を使った筋肉維持のための  
体操をご紹介します。

参加者には  
「てぬぐい」を  
プレゼント！



講師

足立区医療介護連携課  
在宅療養支援コーディネーター  
(あだちPOSネットワーク)  
馬場 美鈴氏

## 第3部 在宅療養の実際

「在宅療養を選んだら自宅で治療するの？点滴は？」  
医療・介護サービスの調整から、傷の処置、点滴  
など、「自宅で暮らしたい」を支える支援チームの  
活動を実例を中心にお伝えします。

講師

訪問看護リハビリステーション白樺  
緩和ケア認定看護師  
沼田 睦美氏



わかばケアセンター  
主任介護支援専門員  
遠藤 貴美子氏

在宅療養に関する  
相談ブース

要予約

地域包括支援センターによる個別相談ができます。  
※当日のご相談は、事前予約の方を優先とさせていただきます。

## 》》 お申し込み・お問い合わせ 《《

申込方法

1

電話 03-6807-1219

足立区医療介護連携課

申込方法

2

オンライン申請

右記の二次元コードから専用フォームにてお申し込みください。



申込方法

3

FAX 03-3899-1355

下記、申込書に記入し、FAXをお送りください

### FAX申込書

フリガナ .....

氏名

電話番号

備考

(例) 車いす使用

個別相談希望 あり ・ なし