

- ✓ 「パーソンセンタードケア」がどんなものか知りたい
- ✓ 自分の施設のケアしか知らないの、他の施設ではどう対応しているのか知りたい
- ✓ 現場で役立つ実践を学びたい
- ✓ 認知症の人にどう接していいのかわからない
- ✓ 自分のケアに自信がもてない
- ✓ 家族が認知症になって困っている
- ✓ ケアの仕事へのモチベーションを取り戻したい
- ✓ ケアの仕事や人間関係にちょっと疲れてきている
- ✓ イライラを減らして、心豊かな日々を過ごしたい

そんなあなたは…

認知症の人その人を中心としたケア × あなた自身の心を整える方法

認知症の人の人生と
あなた自身の人生
共に豊かにする方法を
学びましょう



本講座に
ぜひご参加
ください

認知症のパーソンセンタードケアと 介護者のメンタルヘルス 講座 in 東京

2018年
4/15日

日本メンタルヘルス協会
東京校（東京都中央区）

定員：60人

認知症の人が抱える
生きづらさを理解する
とともに、日ごろ様
々な事例に関わる介護
者のメンタルヘルスに
ついては知ることがで
きます

全88ページ！
4コママンガ
やイラスト入
りでわかりや
すいと大好評！
持ち歩きやすいサイズで復習にも
ピッタリのテキストがついてきます。



講師：寺田 真理子

日本メンタルヘルス協会公認心理カウンセラー

長崎県出身。幼少時より南米諸国に滞在。
東京大学法学部卒業。『認知症の介護のため
に知っておきたい大切なこと～パーソンセン
タードケア入門』をはじめパーソンセンタードケア
関連の著書、訳書を多数出版（詳しくは裏面を参照）。

全国各地の介護施設や病院の研修、介護・福祉関連団体主催のセミナーでの
講演で多数の実績があり、心理カウンセラーとしての知識を生かした内容は
「とてもわかりやすい」「現場ですぐに活かせる」と評判。

● 参加したいけど日程が合わない!という方へ・講師依頼を受け付けています。
詳細は本チラシ左下のCLCまでお問い合わせください。



プログラム

- 12:30 開会
- 12:35 認知症のパーソンセンタードケア
- 14:30 介護者のメンタルヘルス
- 16:30 閉会 (小休憩を含みます)

参加費（テキスト代込）

CLC会員・プリコラージュ会員：5,500円
一般：7,500円

ペア割：お一人 500円 OFF

ペアのワークを中心とした講座です。
お誘い合わせの上でペアのご参加を歓迎します。
もちろんお一人でのご参加でも大丈夫ですのでご安心ください。

【主催】

全国コミュニティライフサポートセンター
パーソンセンタードケア研究会
Bricolage

【お問い合わせ・お申込み先】

特定非営利活動法人
全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）
宮城県仙台市青葉区木町 16-30
シンエイ木町ビル 1 階
TEL:022-727-8730
FAX:022-727-8737
http://www.clc-japan.com

お申込みは
裏面へ



エイエイオー！
…ではなく、心理学に基づいたワークです
落ち込みや怒りの対処法もたくさん学べます



参加者全員にプレゼント！（どれか1コ）
パーソンセンタードケア
特製缶バッジ

参加者の声

- 実践に役立つようなことがたくさん聞けた。（40代女性・教員）
- 新たな気づきがあったり、忘れていたことを思い出したり、とても参考になった。ディスカッションも多く、参加できて楽しかったです。（30代女性・ケアマネジャー）
- 素直な気分になった。勉強したというより、これまで福祉の仕事に携わってきたことに対して誇りをもてた。励ましていただき、勇気、希望を与えてもらったような気分だった。（30代男性・老人保健施設職員）
- 落ち込んでいた気持ちの時にどのように切り替えていくのか、とても参考になりました。（20代女性・グループホーム職員）
- 役立つ宝石がたくさんつまっていました。（40代男性・家族）

パーソンセンタードケアって、なんだか難しそう...

いいえ、そんなことはありません!パーソンセンタードケアには、特別な資格も道具も要りません。とても「当たり前のこと」なんです。ただ、日々の忙しさの中で、つい見落としてしまいがちなもの。どうすればそこに目を向けて、いつものケアの中で実践できるようになるのか、一緒に学んでいきましょう!

講師はどんな人?

講師はパーソンセンタードケア関連書籍の執筆・翻訳を手がける寺田真理子さん。自分自身の「うつ」の経験から認知症に共感し、「認知症になってもいろいろなことがわかっている、できることはたくさんある」ことを伝えるために「パーソンセンタードケア」の普及に力を入れています。心理カウンセラーでもあるので、心理学の知識を活かしてパーソンセンタードケアをわかりやすくお伝えします。

● 講義の様子を動画で見ることができます。YouTubeで「パーソンセンタードケア」を検索してみてください。

寺田真理子公式ブログ
http://ameblo.jp/terad_amariko/

講座では、どんなことをするの?

この講座では、パーソンセンタードケアの基本となる考え方を学びます。日常のケアで実践していけるように、帰宅願望や幻覚、妄想など、具体的な事例を豊富に扱っていきます。

一方的に講義を聴くのではなく、ペアのワークがたくさん組み込まれています。参加者同士が活発にディスカッションすることで、お互いに気づきを得ることができますよ!

また、ケアの現場で感じるストレスにどう対応していったらいいか、気分の落ち込みや怒りの感情をどうコントロールしていくかなど、心理学に基づいて自分自身のメンタルヘルスについても学べます。

CLC発行の書籍限定

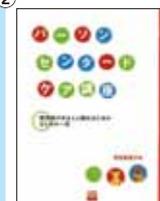
500円割引券プレゼント!

今まで CLC・Bricolage 主催のワークショップに参加してくださった方、または前回参加してくださった方からのご紹介で、参加していただいた方には、CLC発行の書籍限定でワークショップ当日に限り、販売している書籍の500円割引券をプレゼント!このチャンスをお見逃しなく!!

パーソンセンタードケアの本はありますか

はい、あります。入門書としては①「認知症の介護のために知っておきたい大切なこと〜パーソンセンタードケア入門」がわかりやすいでしょう。

左記以外の寺田真理子さんの著書・訳書

① 	② 	③ 	④ 	⑤ 	⑥ 	⑦ 
価格: 1,500円(税別)	価格: 952円(税別)	価格: 3,000円(税別)	価格: 1,800円(税別)	価格: 1,000円(税別)	価格: 2,500円(税別)	価格: 2,200円(税別)

※本のご購入だけでも下記申込用紙から可能です。送料は、全国一律500円(離島を除く)、5,000円以上で送料無料。※該当No.の欄に冊数をご記入の上、お申し込みください。

【認知症のパーソンセンタードケアと介護者のメンタルヘルス 講座】参加申込について

- ① 下記申込用紙に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵便にてお送り下さい。
- ② 参加費お振込先を返信いたします。FAX番号のご記入のある方にはFAXでの返信、その他の方には郵送で返信いたします。
- ③ お振込の確認後、受講票をお送りいたします。

【認知症のパーソンセンタードケアと介護者のメンタルヘルス 講座】申込書										FAX.022-727-8737					
東京会場 2018年4月15日(日)															
参加回数	<input type="checkbox"/> 初めて (ご紹介者氏名: _____)								<input type="checkbox"/> [] 回目						
※前回ワークショップに参加された方からのご紹介で参加される場合は、紹介者の氏名をご記入ください。															
氏名	1							2	ペア割: <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし						
連絡先住所	〒 _____ 勤務先 (_____)														
TEL	_____				FAX	_____									
E-Mail	CLCのメルマガ配信をご希望される方はアドレスをお知らせください @ _____														
CLC・プリコラージュ会員番号 _____															
書籍注文	①	冊	②	冊	③	DVD	枚	④	冊	⑤	冊	⑥	冊	⑦	冊