

～介護から離れて、ご自分のための時間を～

在宅介護者の つどい



ご自宅で要介護状態の家族を介護しているみなさん！
リフレッシュや情報交換を目的とした集いに参加しませんか？
介護の悩みを一人で抱え込まず、気持ちをわかちあう場所です。

日時： 7月19日(火) 10:30～12:00

場所：総合福祉保健センター5階

・10:30～11:20

手芸「貝がらでつくるインテリア小物」

・11:30～12:00

お話の時間

「介護のことから近況報告までおしゃべりしましょう」

参加希望の方は、事前にお問合せ下さい。

おはなしの時間

仲間づくり

リフレッシュ事業

手芸・体操

各種ミニ講座

血圧測定

健康相談

主催：鎌ヶ谷市社会福祉協議会

協力：鎌ヶ谷市高齢者支援課

問合せ・参加申込み：鎌ヶ谷市社会福祉協議会 ☎047-444-2231

※関心のある方へ、毎月ご案内を郵送します。