

～介護から離れて、気持ちをわかちあいませんか～

# 在宅介護者の つどい



日時:2月 13日(月)10:30～12:00

場所:総合福祉保健センター5階 団体活動室

健康体操と脳トレ・介護体験意見交換

～いつまでも元気な体でいよう!!～



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。

※参加希望の方は、事前に申込み下さい。また、関心のある方へ毎月ご案内を郵送します。

おはなしの時間  
仲間づくり

リフレッシュ事業  
手工芸・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  
問合せ先:鎌ヶ谷市社会福祉協議会 ☎047-444-2231

※感染対策に配慮した会場で開催します。

参加の際には、マスク、検温、手指消毒にご協力ください。