

さつきが丘地域ケアプラザ 介護者のつどい



介護を始めたばかりで不安を抱えている、情報がほしい…と思われる方はいませんか？

「介護者のつどい」では、介護をしている方や介護経験のある方が集まり、お茶をのみながら情報交換などを行っています。ミニ勉強会や音楽鑑賞、年に2回は外出（ウォーキング）なども予定しています。

ご一緒に、ホッとひと息、リフレッシュしませんか。

ぜひお気軽にお越しください。

<令和5年度予定> 原則 第1木曜日 14時～15時30分

開催日		内容(予定)
4月6日	10月5日	介護をしている方・ 介護の経験のある方を対象とした 主に茶話会形式のつどいです。 勉強会や音楽鑑賞、 年に2回は外出（ウォーキング等）を 予定しています。 ※8月・1月は お休みです。
5月11日※第2週	11月2日	
6月1日	12月7日	
7月6日	1月お休み	
8月お休み	2月1日	
9月7日	3月7日	

- 【対象】 家族等の介護をされている方または経験された方
【開催場所】 さつきが丘地域ケアプラザ 1階 ボランティアルーム
【申込】 不要 直接ケアプラザにお越しください
【参加費】 無料

主催・問合せ先

横浜市さつきが丘地域ケアプラザ

地域包括支援センター

☎(045)972-4769