

2021年

介護準備学

介護者のつどい

- 誰もが突然介護者になる可能性があります。
慌てないために介護に関する情報や知識を一緒に学びましょう。
- 介護は一人で抱え込まない事が『がんばらない介護』に繋がります。
同じ悩みを抱えた方や支援者とお話をしませんか。

①13:30~14:30 勉強会 ②14:30~15:00 交流会

(自由参加)

日程	テーマ
5月6日	行政サービスのあれこれ
8月5日	認知症介護と介護者のメンタルケア
11月4日	負担の少ない身体の動かし方
2022年 2月3日	訪問マッサージ知っていますか



介護をする

感染症対策を実施して開催しています。内容等変更する可能性があります。

対象者

現在介護をしている方、介護を学びたい方など

会場

横浜市すすき野地域ケアプラザ 1階

問い合わせ

横浜市すすき野地域ケアプラザ

申込み先

住所：青葉区すすき野1-8-21

電話：909-0071

マスク
着用
お願い
します

定員
8名

駐車場は台数に限りがございますので、公共交通機関をご利用下さい。