

参加無料

所沢市家族介護者支援事業

介護者のつどい

ご自宅で介護されている方の息抜きや情報交換の場です。
お茶を飲みながら、一息していきませんか？

第1回

日時：令和7年5月27日（火）13:30～15:30

場所：あづま～る（吾妻包括1階多目的室）

プチ講座：「セルフマッサージで疲れを取ろう！

～介護者もリフレッシュ～」

講師 からだ元気治療院 所沢西店 小森琢正 氏

茶話会：日頃の介護のことを話して、ほっとしたひと時を！

定員：15名（先着申し込み順）

4/27～申し込み開始

以前に介護していた方、
介護に興味のある方、ご本人も
大歓迎です！

第2回

7/22（火）

13:30～15:30

あづま～る



★お申込み・お問い合わせ先★

吾妻地域包括支援センター

TEL04-2929-6965・FAX04-2925-6600



地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しています。