

1人で悩まず介護への思いを話し共に学びませんか？

介護者の集い



対象者

介護方法や介護で
困っている人

日頃の介護疲れを
癒してリフレッシュできる
場所を提供します

介護で同じ悩みを
抱えている方
経験した方同士で
交流できます

日時

平成28年6月23日(木)13:00～15:00

内容

- ・ミニ講話～床からの起き上がり方法を学ぶ～
- ・肩腰・腰痛体操
- ・参加者同士の交流


場所

新町南コミュニティセンター1階

申込締切

6月17日(金) 先着20名様 参加費無料

■ 申込み/お問合せ

 高齢者あんしんセンター倉賀野・新町南9・10区
0274-42-1033 小川 関 齋藤

 高齢者あんしんセンターみどの新町1～8区
0274-42-0200 齋藤 小野寺 齋田