

## 介護をしている皆さんへ ～介護者のつどい開催のお知らせ（ご案内）～

在宅で介護をしている方の心身のリフレッシュや仲間作り、  
介護情報の交換の場として介護者のつどいを開催します！

開催日時 平成28年12月12日（月）9：30～11：30  
場 所 刈羽村老人福祉センター「ことぶき荘」  
内 容 ○ストレス解消 【笑いヨガ教室】  
講師 関口 暁子様  
○交流会 【元介護者の体験談】  
参加費 無料  
募集人数 30名  
申込締切 12月5日（月）



介護の不安や悩みを一人で抱えることなく、介護をする人も介護を受ける人もいつも明るく笑顔で、充実した毎日が過ごせますようお手伝いします。

申し込み先

社会福祉法人刈羽村社会福祉協議会

☎0257-45-2026 担当：星 野

今年度から、在宅で介護をしている方の心身のリフレッシュや仲間作り、介護情報の交換の場として開催しています。

### 7/13 実施 講話・講習会



「介護者のメンタルケアについて」講話



ハーブコーディネーター

【ハーブの寄せ植え】講習会を実施



### 9/26 実施 日帰り旅行

長岡市和島トゥールモンド レストランにて昼食  
（指定障がい者福祉サービス事業所 就労継続支援A型）



「障がいについて」講話



レストランにて昼食交流会