



介護者教室

浜松市委託事業
地域包括支援センター三方原 主催

「介護者の健康づくりとストレス解消」

- 1.日時 平成25年 11月27日(水)
午前10時～11時30分
- 2.場所 都田協働センター(旧都田公民館) 1Fホール
- 3.参加費 無料
- 4.対象者 介護者または近隣の援助者、介護に関心のある方ならどなたでもご参加いただけます。
- 5.講師 社会福祉法人公友会 作業療法士
地域包括支援センター三方原職員
- 6.内容 日頃の介護疲れや腰痛などはありませんか?自宅での介護を続けるには介護者が健康であることも重要です。介護者の方の身体のリフレッシュの方法や腰痛予防の体操などを紹介していきます。

※都合により予告なく内容が変更になる場合があります。
※個別相談も受付いたします。お気軽にご相談ください。

お申し込み・お問い合わせ

地域包括支援センター 三方原

電話 428-6333 FAX 428-5560

会場準備のため、ご参加の方はご連絡をお願いします。(定員 30名)



次回開催予定 平成26年2月26日(水) 10時00分～11時30分
場所 三方原協働センター(旧三方原公民館)
内容 介護者の健康づくりとストレス解消
講師 社会福祉法人公友会 作業療法士他
※都合により内容が変更になることもあります。

◇福祉・介護相談◇ (今年度より新都田市民サービスセンターから下記の場所へ変更となりました。)

場所 地域包括支援センター三方原(新都田5-12-21)

日時 11月15日(金曜日) 10時～16時

12月20日(金曜日) 10時～16時

相談ご希望の方は053-428-6333までご連絡ください。

尚、上記日程以外でも相談に応じております。職員外出中の場合は留守番電話にお名前、電話番号をお願いします。折り返し、ご連絡致します。