

# 介護者の つどい

皆さまのご参加をお待ちしております

介護者のつどいは、自宅で介護している方が、介護のコツを学び、介護の悩みや不安などを参加者同士で共有する場です。

※月によって会場が異なりますので、ご注意ください。

令和8年5月20日（水）

肩こり・腰痛予防体操

場所 勤労福祉会館（神明町18-4）

令和8年7月15日（水）

今日の晩ごはん献立が決まる「難しくない」  
食事の話

場所 形原公民館（形原町春日浦27-1）

令和8年9月16日（水）

お薬なんでも相談！

場所 勤労福祉会館（神明町18-4）

令和8年11月18日（水）

メンタルヘルスについて

場所 形原公民館（形原町春日浦27-1）

令和9年1月20日（水）

福祉用具について

場所 勤労福祉会館（神明町18-4）

令和9年3月17日（水）

リフレッシュ外出

場所 未定（広報でお知らせします）

## 開催概要

- 開催日 奇数月 第3水曜日
- 時間 13：30～  
（1時間から1時間半程度）
- 参加費 無料

- 問い合わせ先  
蒲都市神明町18-4 勤労福祉会館内  
蒲都市社会福祉協議会  
☎0533-69-3911