

# ちょっとひといきしませんか？



『家族介護者のつどい』のご案内



介護者のつどいでは、自分らしく介護をするちょっとした知恵や、介護に関するいろいろな事を参加者中心に話し合います。悩みをひとりで抱え込まず、介護をする人、される人ともに安心して暮らしていく方法を話し合ってみましょう。

《対象》 用賀地区や周辺にお住いの方を介護されているご家族

奇数月の第4水曜日に開催します。

所：東京都世田谷区上用賀 4 丁目 1-8



ウェルケアヒルズ馬事公苑 1階ラウンジ

令和6年下半期

開催



11/27 (水)	14:00~ 15:30	排せつケアどうしてますか？ (おむつのあて方・選び方)
1/22 (水)		介護者が知っておきたい情報について
3/29 (水)		好きなこと、はまっていたことを聞こう、話そう

内 容：介護者同士の交流・情報交換など

参加費等：無料 定員：10名程度

申 込：開催日の前日までに、電話で申し込みください

用賀あんしんすこやかセンター

☎03-3708-4457 担当：松本

## 【開催場所】

東京都世田谷区上用賀 4 丁目 1-8

## ウェルケアヒルズ馬事公苑



\*ウェルケアヒルズ馬事公苑ホームページより引用