

🍊 介護者支援 @ オレンジサロン 🍊

# ケアラー支援の日



～ケアする人もケアしたい～



毎月2回「ケアラー支援の日」としてオレンジサロンに開設しました。  
介護や認知症に関する疑問や困りごと、心にしまいこんだモヤモヤ…  
どうぞ、お気軽に、安心して、お話してください。  
私たちは、介護される方ばかりでなく、介護者、ケアする側＝ケアラーの方々の  
心と身体の健康も大切にしていきたいと思っています。  
お茶を飲みながら、ホッと一息、してみませんか？

## ケアラー支援の日

日時：毎月 第2月曜日 13:00～15:00

第3木曜日 14:00～16:00

場所：霧が丘地域ケアプラザ 2F 地域ケアルーム

参加費：無 料

申込み：不 要（直接会場にお越しください）

◆ お問い合わせ：横浜市霧が丘地域ケアプラザ 地域包括支援センター 担当：細井・辻山・林  
（横浜市緑区霧が丘3-23 ☎ 045-922-6633）

詳しくは、ホームページをご覧ください。

→ <http://www.kirigaoka-careplaza.com/>

\* 車・バイクでのご来館はご遠慮ください。

