

家族介護者の皆様へ

オレンジカフェみずほ

～ホリデー編～

介護の悩みや疲れをひとりで抱え込んでいませんか？無理をしてがんばり続けていると、ある時がんばりの糸はプツンと切れてしまうかもしれません。同じ悩みを持った仲間と気持ちを共有することで、介護のヒントをもらったり、悩みを打ち明けたり、気持ちを軽くしませんか。たまには自分をいたわってあげる時間を大事にしてください。お気軽にご参加ください！

日時 平成30年9月30日(日)

出入りは
自由です

OPEN PM 1:30

CLOSE PM 3:30

場所 特別養護老人ホーム
シルバーピアみずほ

瑞穂区明前町 15 番 17 号

※なるべく公共交通機関でお越しください
(近隣にコインパーキングがあります)

対象 家族介護者の方

(ご本人様もご参加いただけます。スタッフによる
個別対応も可能です。事前にご相談ください)

参加費 無料

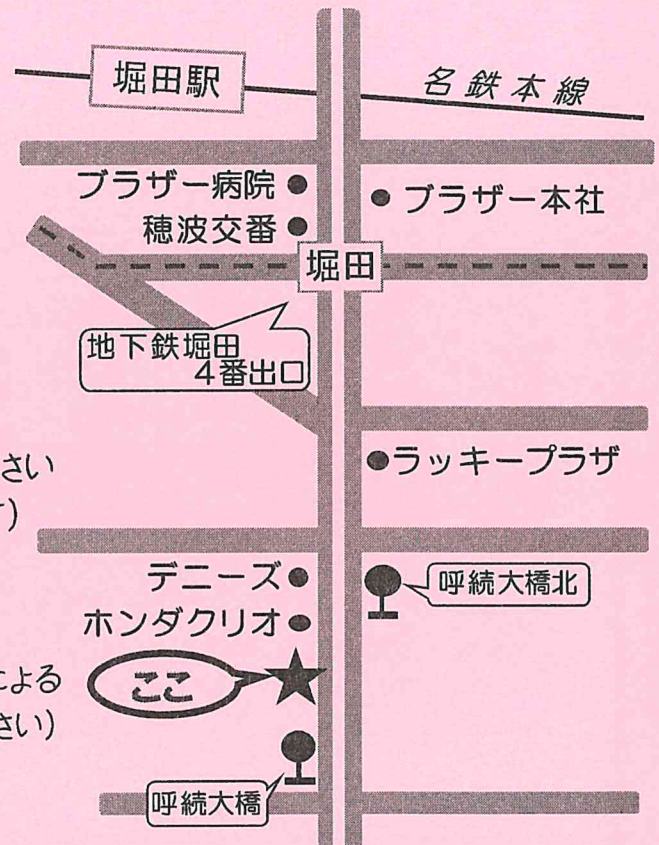
内容 ①プチ勉強会 『高齢者のためのくすりの知識』

講師: 株式会社名北調剤 薬剤師 いちはら たかひろ 市原 敬大様

※ぜひお薬手帳をご持参ください。相談コーナーもあります。

②参加者同士が自由に会話を楽しむ場です

(介護経験者、専門職等が相談に応じることもできます
介護に関する書籍も取り揃えています)



薬の飲み方や効き目、副作用などの基礎知識から、血圧の測り方、手洗いの仕方についてお話していただきます。

問い合わせ：瑞穂区西部いきいき支援センター
瑞穂区東部いきいき支援センター
瑞穂区東部いきいき支援センター分室

担当：本多・青木
担当：松井
担当：河合

TEL：052-872-1705
TEL：052-858-4008
TEL：052-851-0400

主催：「瑞穂区地域包括ケア推進計画 家族介護者支援プロジェクトチーム」・瑞穂区役所・保健センター・
瑞穂区東部西部いきいき支援センター