

平成27年度第1回在宅介護者の集い

心と身体をほぐしてリフレッシュ！！ ～簡単な体操のご紹介～



在宅介護を続けるには、介護者自身が心と身体を健康に保つことがとても重要と
言われています。

大切な家族のために日々頑張っている皆さん、介護者仲間と一緒に、ひとときの
息抜きを楽しみませんか？今回は菊池市の在宅介護者の方々と合同で行います。
在宅介護者の輪を広げましょう！

▶日 時 **6月19日（金）午前11時から午後1時まで**

▶対象者 町内在住で、自宅で介護をされている方

▶場 所 **大津町老人福祉センター**

▶内 容 **リフレッシュ体操** 講師 **佐藤 清美 さん**

家庭でできる簡単な体操をご紹介します

佐藤先生の愉快なおしゃべりもお楽しみに！

会食会 食事をしながら情報交換しましょう

▶定 員 20名程度

▶参加費 無料


▶申込先 **社会福祉法人大津町社会福祉協議会**

〒869-1235 大津町室 151番地 1

電 話 293-2027 /ファックス 293-2028 担当 大久保

▶申込期間 **6月12日（金）午後5時まで**



----- キリトリ ----- 

《在宅介護者の集い申込書》

参加者氏名 _____

住 所 _____ 電 話 _____

提出先 大津町社会福祉協議会 ☎ (293) 2027 ファックス (293) 2028

参加の申し込みにおいて知り得た個人情報は、本事業の運営管理以外の目的では使用いたしません。