



2019年度 鎌倉市委託事業 家族介護教室



心のメンテナンスしていただけますか？

～心の整え方を体験しよう～

日々の介護では、介護者自身の体だけではなく心にも大きな負担が生じます。現在介護中の方も、これから介護を経験する方も、大変な状況に直面した際、自分の心とうまく付き合えるコツを学んでみませんか？

（講師は元介護職員で、親の介護経験をお持ちです。）

対象者：鎌倉市内在住・在勤・在学者で介護されている方
これから介護される方、介護に関心のある方

日程：2020年1月24日（金）10時00分～11時30分

会場：腰越行政センター
（公共交通機関または徒歩でお越しください）

定員：15名

講師：星月舎代表/リラクティブ・コーチ
（元介護職員・親の介護経験あり）
柴田 信之 氏



参加費：無料

申込先：
地域包括支援センター聖テレジア第2
連絡先：0467-38-6612
担当：渡辺・浅見

