なえづ 介護者のための談笑会

ほっとする

ご家族を介護していらっしゃる方や、将来の介護に備えて知識を身につけたい方等を対象にした集いです。
日頃の介護で悩んでいることや不安なことなど、一緒にお話してみませんか？

日　時　令和 8 年 11 月 27 日(金)
午後 1 時 30 分～午後 3 時
(受付開始　午後1時15分～)

場　所　地域福祉センターなえづ

内　容
- 『腰痛予防』 ～腰の負担を減らす介助の工夫と、毎日できる運動～
  講師:鶴岡市社会福祉協議会　理学療法士 中里 祥子さん
- 交流タイム



参加費　無料

申し込み

地域福祉センター なえづ

電話 25-9255　担当 五十嵐＊本間まで

※受付時間 月～金 (午前 9時～午後 5時まで)

11月20日(金)締切