

ご家族を介護している方へ

ひとりで介護することに不安はありませんか？

日々の介護に疲れを感じていませんか？

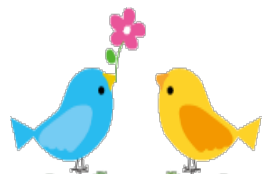
安心して介護のことを話せる人はいますか？

お茶を飲みながら日頃の気持ちを話しませんか？

他のご家族の介護の様子を聞いてみませんか？

介護の手引書にはない「マイ介護」を見つけましょう

...



会場案内

鷺宮区民活動センター分室 (白鷺一丁目集会室)

〒165-0035 中野区白鷺一丁目4番27号



西武新宿線 鷺ノ宮駅 南口より徒歩8分
阿佐ヶ谷駅発 関東バス 中村橋駅行 白鷺1丁目下車4分
中村橋駅発 関東バス 阿佐ヶ谷駅行 白鷺1丁目下車3分

さぎ草の会

TEL : 03-3310-2553

窓口 : 鷺宮地域包括支援センター
(鷺宮すこやか福祉センター内)

家族介護者の集い

さぎ草の会



〈設立〉
2008年10月

さぎ草の会

(さぎそうのかい)

【活動の目的】

家族介護者と傾聴ボランティアとが集い
「語らい」「支えあい」「学びあい」
笑顔の介護をめざします

【会へのお誘い】

〈家族介護者として参加〉

日頃の介護の思いを自由に
お話してください

〈傾聴ボランティアとして参加〉

介護経験のある方もない方も
どなたでも歓迎します

さぎ草の会に集い
大切なひとりひとりの介護体験を
次の世代につなげましょう

さぎ草の会 - 2つ - の集い

はじめての方に
オススメ!

〈定例会〉

毎月 第3木曜日
13:30~15:30
鷺宮区民活動センター分室
参加費：200円

家族の介護について語り合う会です。
家族を介護している方だけではなく、介護
の専門家や鷺宮地域包括支援センターの職
員も同席しますので、介護について相談す
ることもできます。

〈かよう会〉

毎月 第1火曜日
13:30~15:30
鷺宮区民活動センター分室
参加費：100円

家族を介護している方のみで集まる会です。
介護のことを話しても話さなくてもOK!
仲間とおしゃべりをして楽しみましょう!

その他にも講演会や勉強会
音楽会などを随時開催♪

参加申込は不要ですが、急遽中止することもあるため、事前に開催状況の
ご確認をお願いしております。
開催状況はお電話またはホームページにてご確認いただけます。

TEL : 03-3310-2553 鷺宮地域包括支援センター(鷺宮すこやか福祉センター内)
HP : <https://sagisounokai.wixsite.com/mysite> 「さぎ草の会」で検索

