



介護について、いろいろ話を聞いてほしい。ストレス発散したい！

介護している男性同士で情報交換がしたいな。



# 介護者の集い in 並木



所沢市イメージマスコット  
トコロん

自宅で介護をしている方の支援のため、介護者同士で話し合い、不安や介護疲れの解消を目的とした交流会を企画しました。皆さん一緒に楽しみながら、日ごろの疲れをリフレッシュしませんか？

◆日時◆ 2025年6月19日(木) 10:00~11:30

◆場所◆ 並木まちづくりセンター 講堂 (並木8-3)

◆対象◆ 並木地区で介護をされている方や、  
並木地区にお住いの方を介護されている方

◆内容◆  
・ミニ講座「施設について学ぼう」  
いざという時のために知っておこう、施設の種類や予算など  
・茶話会  
介護するなかでの不安や悩み、愚痴でも何でも語り合いたい

※事前に下記までお申し込みください。参加費は無料です。

(申込メ切~6月16日(月)まで 先着10名)

問合せ・申込み先 : 並木地域包括支援センター

☎ 04-2943-7333 ☎ 04-2943-8558



地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しています