

無料ですので、
安心してご参加ください。

9月介護者教室のお知らせ

『生き生き介護塾』

現在介護をされている方を対象とした教室です。

同じ介護をしている者同士、
分かり合える者同士で日頃の思いを、
話してみませんか？

気軽な気持ちで参加してください。

皆さんの気分転換になれば嬉しいです。



《日時》 9月12日(土)10時～12時

《場所》 コスモスタセコホール

《講師》 グループホーム ホーム長

《参加対象者》 介護をされている方

《申込み・問い合わせ先》 長野市地域包括支援センターコスモス

TEL 026-284-2166

平成27年度 介護者教室・介護予防教室（予定）

日時	内容	場所	講師
10月17日(土)	高齢でも元気で長生きするために ～元気の秘訣、認知症予防～	コスモスホール	・医療法人JRC理事長 ・医師
11月未定	解決しよう！足腰の痛み	コスモスホール	医師
12月未定	転倒予防教室	コスモスホール	理学療法士
H27.1月未定	生き生き介護塾	コスモスホール	未定
3月未定	体験しよう！音楽療法	コスモスホール	音楽療法士

【費用】すべて無料



～長野市地域包括支援センターコスモス～

お申し込み電話番号

026-284-2166



お知らせ

- 1、資料、会場準備等の都合上、なるべくお申し込み下さい。
- 2、悪天候(台風・大雪等)により、やむを得ず教室を中止とさせていただきます場合もあるため、お申込みの際、お電話番号をお聞きしますが、それ以外に使用しませんのでご理解・ご承知おき下さい。
- 3、日時、内容、会場、講師等、都合により変更になる場合がありますので、毎月のチラシをご確認いただくか、当センターまでお気軽にお問い合わせ下さい。

～会場 ごあんない～

介護予防教室・介護者教室 会場ごあんない



路線バス（バス停）でお越しの方

*松代線(長野駅→松代高校)

「小島田バス停」下車、徒歩 約4分

*松代線(松代高校→県庁前)

「コスモスバス停」下車、徒歩 約6分

外観

