

介護者のみなさまへ

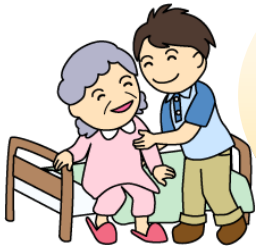
介護者のつとめ

介護で困っていることをひとりで抱えこまずに、同じ悩みを抱えている方同士で、交流していただく教室です。

認知症の方など、ご本人と一緒にの参加も大歓迎です。



基本の介護方法を学ぼう!



そして、今回は起こし方、オムツのあて方など基本の介護方法について、実際に現場で働いている職員を講師に招き、実践してもらいます。

(こちらのみの参加もできますので、お時間になりましたらお越しください。介護に関心のある方ならどなたでも参加できます。)

～介護に追われる毎日の中で、ほんのひとときでも『ほっと』し、新たな介護方法の知識も習得して心もあたたまる場になれば…という想いで定期的を開催しています。～

ぜひ、お出かけください♪



《日時》5月21日(土) 10時～12時

生き生き介護塾…(目安)10時～11時

介護方法を学ぶ…(目安)11時～12時

《場所》コスモスタせこホール

《講師》グループホーム ホーム長

通所リハビリテーション 介護福祉士

無料

《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 28 年度 介護者教室・介護予防教室（予定）

日	内 容	講 師
6月18日(土)	エンディングノートを書いてみよう！	コプセ長野 様
7月9日(土)	高齢者の入所施設を知ろう	医療法人コスモス連携室
8月	見直そう！私の食生活	長野市介護保険課
9月	認知症を防ぐには？	看護師
10月15日(土)	認知症サポーター養成講座	松代オレンジキャラバン 様
11月	解決しよう！足腰の痛み	医師（予定）
12月	転倒予防教室	リハビリスタッフ
平成 29 年 1 月	介護者の集い	グループホーム ホーム長
3月	体験しよう！音楽療法	音楽療法士

【費用】すべて無料

【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 TEL026-284-2166

お知らせ

1. 資料、会場準備等の都合上、なるべくお申込み下さい。
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く場合もあるため、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

