

かがやき介護スクール

介護者のための セルフケア講座

参加費
無料

日時 令和6年

8月31日(土)

10時30分~12時30分

定員 15名

事前申込み制

【申込締切】

8月29日(木)

介護者の
セルフケアに関する
講座

~11:30

Q&Aと
おはなし会

11:30~

※講座(前半)のみの
参加も可能です

会場 かがやきプラザ4階 研修室

対象 千代田区在住・在勤・在学で介護中の方、
これから介護をする方、区内在住の方を介護している方

講師 原 祐子氏 (臨床心理士・公認心理師)

申込み・問い合わせ

かがやきプラザ研修センター

(指定管理者：千代田区社会福祉協議会)

〒102-0074 千代田区九段南1-6-10

かがやきプラザ4階

電話・窓口受付時間：平日 午前8時30分~午後5時

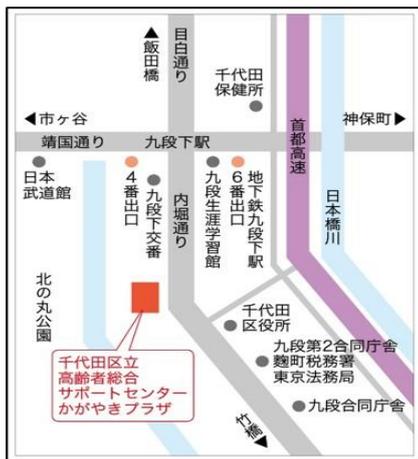
☎ 03-6265-6560

FAX 03-3265-1162

E-mail: jinzai@chiyoda-cosw.jp



介護者のためのセルフケア講座



〈会場のご案内〉

かがやきプラザ4階 研修室
(東京都千代田区九段南1-6-10)

- 都営新宿線
 - 東京メトロ東西線
 - 東京メトロ半蔵門線
- 九段下駅下車
4番出口 徒歩5分

FAX申込書

かがやきプラザ研修センター宛 (FAX:03-3265-1162)

講座名	介護者のためのセルフケア講座 令和6年8月31日(土)
参加希望 いずれかに ✓をつけてください	<input type="checkbox"/> 講座とおはなし会両方に参加 <input type="checkbox"/> 講座のみに参加
お名前 (ふりがな)	
いずれかに ✓をつけてください	<input type="checkbox"/> 現在、ご家族を介護している <input type="checkbox"/> 今後、ご家族を介護する予定
いずれかに ✓をつけてください	<input type="checkbox"/> 千代田区在住・在勤・在学 <input type="checkbox"/> 区内在住の方を介護している
電話番号	
メールアドレス	
介護でストレスを感じる ことや困っていることが あればご記入ください	