令和7年度　家族介護支援事業

介護者の集い

介護をされていての体験談や日々の悩み、介護の中での工夫点やストレス解消法など…

自分でできるツボ押し👍で疲れをとりながら、皆さんでお話しませんか？😊

日時 ： 令和7年 9月26日（金）
10:00～11:30（9:45～受付）

定員＊8名

場所 ： 小手指まちづくりセンター分館 2階 研修室

内容 ： 疲れ解消セルフマッサージ ＆ 交流会

講師 ： からだ元気治療院所沢西店 小森（こもり） 琢正（たくまさ） 氏

持ち物：飲み物

☆ 参加費無料 ♡(＊´艸`)♡ お気軽にご参加ください ♡(*‘∀‘)♡

＜ お問い合わせ・お申込み先 ＞

小手指第2地域包括支援センター

☎ 04－2968－3311

TOKOROZAWA

※地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しております。