

## 介護のつどい

# 「ほっとすぺーす」は 介護するあなたのための 場所です

- ☆ 夜も眠れない
- ☆ わたしの自由時間が減った
- ☆ わたしの友人の輪が小さくなった
- ☆ わたしにとって必要なことや願いを後回しにしている



そんな思いで介護していませんか。大切な人を介護するあなたも、大切な人です。「ほっとすぺーす」は、お茶を飲みながら、日々の困りごとや介護の想いなど、なんでも語り合える場です。みなさまのご参加を心よりお待ちしております。

### ◆ 開催日

平成 30 年 4/16 5/21 6/18 7/23 8/20 9/10 10/22 11/19 12/17  
平成 31 年 1/21 2/18 3/18

◆ 時 間 午後 1 時半から

◆ 場 所 吉見町福祉会館 1 階（下細谷 1 2 1 6 - 1）

◆ 問合せ先 ☎ 5 3 - 0 3 7 0 吉見町地域包括支援センター