

# 家族介護者交流事業

## 【お勉強プログラム】

食欲の秋到来！学ぼう栄養管理術

## 【リフレッシュプログラム】

簡単 YOGA（ヨガ）体験（椅子に座ってできるヨガ）

講師：桑原 亜紀 さん

（株式会社チュウマンエンタプライズ デイサービスそう・けん・び）

令和3年10月29日（金）宮崎東地区交流センター

令和3年11月12日（金）住吉公民館

令和3年11月20日（土）大塚台地域事務所

令和3年11月30日（火）清武地区交流センター

※ご都合のつく日程、参加しやすい会場の回にご参加いただけます

時間：午後1時30分～3時30分（受付は午後1時から開始）

【対象】宮崎市内に住所を有する、高齢者を在宅で介護している家族や  
家族介護の経験者、地域で高齢者の在宅生活を支援している方等

【定員】先着15名

【申し込み締め切り】各回開催の1週間前

例）10月29日の回は、10月22日が締め切りとなります

参加費無料

地域包括支援センター  
担当者やケアマネジャー  
を通じてのお申込みでも  
受付いたします。



【留守中の要介護者のお世話について】  
交流会参加に際し、要介護者のお世話が  
必要な方は、別途相談をお受けいたします。  
ご一緒に参加していただくことはできません。

【主催】

一般財団法人

潤和リハビリテーション振興財団

【申込み／問合せ先】電話またはFAXでお申し込みください

介護老人保健施設ひむか苑（担当 小森）

TEL 0985-47-3434

FAX 0985-47-5376

現在ご家族を介護している方、  
介護の手を休めて、リフレッシュ  
をしながら、介護知識や技術を  
一緒に学んでみませんか？  
お気軽相談会も開催します。