

# 介護者のつどい

## なごみ 和の会 の ご案内

このつどいは、高齢者等を自宅で介護されている方々を対象に、同じ体験をもつ人同士が集い、日頃の悩みや体験を交換しあいながら介護疲れを癒し、心身をリフレッシュしていただくものです。

### 参加者募集



◆日時 令和4年6月29日（水）9時30分～11時30分

◆会場 えびの市総合福祉センター2階 大集会室

◆内容 1. 心を開く回想法  
2. 自分の歩みを振り返る  
(自分史)

認知症地域支援推進員

堀之内くるみ氏

えびの市社協 津曲弘志



回想法とは・・・昔の写真や思い出の品などを見たり触れたりしながら昔の経験や思い出などを語り合う心理療法



◆参加者 今回の内容に興味のある市民の方 先着20名

(通常開催は介護をされている方のみですが、今回は広くご案内しています)

◆参加費 無料

※準備の都合のため事前にお申込みください。

新型コロナ感染予防対策（体調観察、手指消毒、マスク着用）にご協力ください。

申込み：えびの市社会福祉協議会

☎ 35-2800

担当) 栗下・矢野