

令和7年度 家族介護者交流事業

家族介護者

リフレッシュの集い



介護に携わる皆さんが、日頃の悩みや話題について情報交換や交流ができる場です。

あたたかいコーヒー・お茶を飲みながら、リフレッシュしませんか。

令和 7 年 **11** 月 **15** 日 **土曜日** 受付 9:30～
10:00～12:00

網走市総合福祉センター（網走市北 11 条東 1 丁目）

参加対象 **家族を介護している網走市民の方**

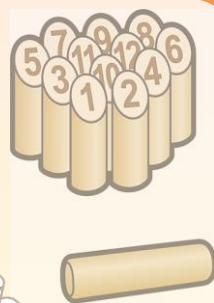
介護経験のある方、介護に不安を抱えている方もご参加いただけます。

※交通手段のない方は送迎致します。介助が必要な方と一緒にご参加できます。

内容

◆ モルック体験

フィンランド発祥のスポーツで、モルックという木の棒を投げて、数字が書かれた 12 本の木のピンを倒し、点数を競うゲームです。近年、子どもから高齢者まで誰でも気軽に楽しめるスポーツとして大人気です。



◆ 参加者の皆さんの情報交換・交流

日頃の介護の悩みや思いを話すことで、気持ちを和らげ、心身をリフレッシュいただきます。地域包括支援センター職員、ケアマネジャー等の専門職員も同席します。



申し込み

◎ 参加者全員にお弁当をご用意致します

参加定員 30名（定員になり次第しめきります。お早めにお申込ください。）

申込期限 令和7年11月7日（金） 電話・FAX で受付

申込先 **社会福祉法人網走市社会福祉協議会**（総務係）

TEL 0152-43-2472 / FAX 0152-43-3919

**参加
無料**

家族介護者リフレッシュの集い 参加申込書

氏 名	連 絡 先

●「介護が必要な方」同伴記載欄

介護が必要な方がご出席される場合にご記入ください。

氏 名	年 齢	性 別	介護に関する特記事項

※事前に身体状況などについてお伺いさせていただきます。

●「送迎が必要な方」はこちらにご記入ください

【送 迎】	必 要（○で囲んでください。）	送迎人数 名

参加をご希望の方は下記のいずれかの方法でお申し込み下さい。

F A X

0 1 5 2 - 4 3 - 3 9 1 9

上記の参加申込書に記載の上、F A Xして下さい。

電 話

0 1 5 2 - 4 3 - 2 4 7 2

上記に電話をしてお申し込み下さい。

【申込み締切り】

11/7（金）まで

定員になり次第

締め切ります

ご了承ください

〔申込み・問い合わせ先〕

社会福祉法人網走市社会福祉協議会 総務係（担当：庭山）