

人生100年時代のそなえ
～忙しい世代（子ども）だから知っておきたいこと～

家族介護者教室

参加費
無料

会場・リモート
同時開催

コロナ禍が長く続いています。気づかない間に親御さんの体力や
気力の衰えが進んでいるかもしれません。

「まだ大丈夫」でなく「いま出来る事」
介護予防や将来の備えについて考えてみませんか？

フレイルって何？

予防する
メリットは？

相談窓口はどこ？

日程

令和4年8月12日（金）

時間

午後1時30分～午後3時

場所

春野協働センター（2階会議室）

本教室は会場開催及び、オンライン形式の
両形式となります。Webexミーティング
アプリのインストールを推奨いたします。

対象

介護に関心のある方

会場では終了後に個別相談が可能です。

締め
切り

令和4年8月5日（金）まで
詳細は裏面

お申し込み・お問い合わせ
地域包括支援センター天竜

TEL 053-925-0034

FAX 053-925-0033

担当：安間 赤尾 池西 三枝

