

4月のイベントのお知らせ

介護者予備校

★現役介護者と介護修了者が先生です★

- 要介護認定ってなに？
- 地域包括支援センターって体育館？
- デイサービスは誰でも行けるの？

小金井市社会
福祉協議会協賛

～そんな介護に関する疑問がすっきりします！！
講座は介護講座とアロマ講座の2コースあります。
どちらも全5回シリーズですが、単発受講も可能です。

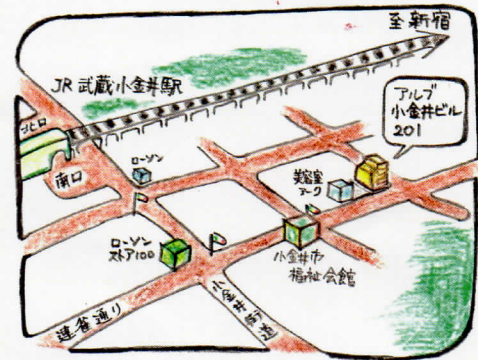
講座終了後、毎回介護サロンを開催、小金井市の介護の情報交換を実施します！

★参加費：講座1回 500円

介護者とは
介護をしている人
のことです



■開催場所：小金井市本町 1-5-1
アルブ小金井ビル 201



■介護者予備校 4月の講座（介護者から学ぶこと・介護に取り入れるアロマ講座）

- 4月9日（木） 10時半～12時 介護講座③「デイサービスとは」
- 4月16日（木） 10時半～12時 介護アロマ講座②「安眠スプレー作り」 ★お持ち帰りできます
（認知症予防の夜用スプレーとしても使えます！）
- 4月23日（木） 10時半～12時 介護講座④「特別養護老人ホーム・老人保健施設とは」

◆認知症カフェ おれんじ

認知症の方が自ら楽しめる場所、ご家族の方はご相談したり、交流したりできる場所です。

日時：4月24日（金）10時半～14時

会場：小金井市社会福祉会館 1階
ふれ愛ギャラリー

参加費
無料

★ソフトテコンドーのミニ講座（13時開催予定）

テコンドーの先生をお招きして、ご自宅で簡単にできる体操を行います。ぜひご参加ください！

※お申込みは下記までお願いいたします。

◆ケアラースカフェ

介護中のみなさま、ランチを食べながらお話しませんか？情報交換や介護でたまったストレスをおしゃべりで発散させましょう！お気軽にお越しください。

日時：4月2日（木）11時半～13時半

場所：喫茶店 FRONTIER（フロンティア）
（武蔵小金井駅南口 交番前）

※参加費：フロンティアさんでの飲食代（実費）

★14時～15時半は「嫁サロン」となります。

★お申込みは下記までお願いいたします

■お問い合わせ・お申込み：下記電話又はメールにてご連絡ください。



NPO 法人 UPTREE Tel : 042-288-7700

email : info@uptreex2.com

web : http://uptreex2.com/

介護者予備校は常設ケアラースカフェ（介護者の居場所）作りのための活動です