

介護の悩み

一人で抱えていませんか？

～仲間とおしゃべりしてストレスを解消しましょう～

介護者サロン

だんごの会

※オンライン参加も可能になりました！

家族の介護をしている同じ仲間同士で心の中の思いを語り合って
元気になれる場所です

お互いの経験から介護のアイディアももらえるかもしれません

介護経験者の
自主運営による
自由な懇談会です



みなさまが安心して
ご参加いただけるように
サロン内での秘密は
守られています

【対 象】 介護をされている方、介護をされていた方

※特に、認知症のご家族を介護されている方

【日 時】 毎月第4水曜日 10：00 ～ 12：00

（時間内は出入り自由です）

※12月のみ第3水曜日

【費 用】 無 料 申し込み不要

【場 所】 大岡地域ケアプラザ ボランティアルーム

※オンラインは zoom で開催

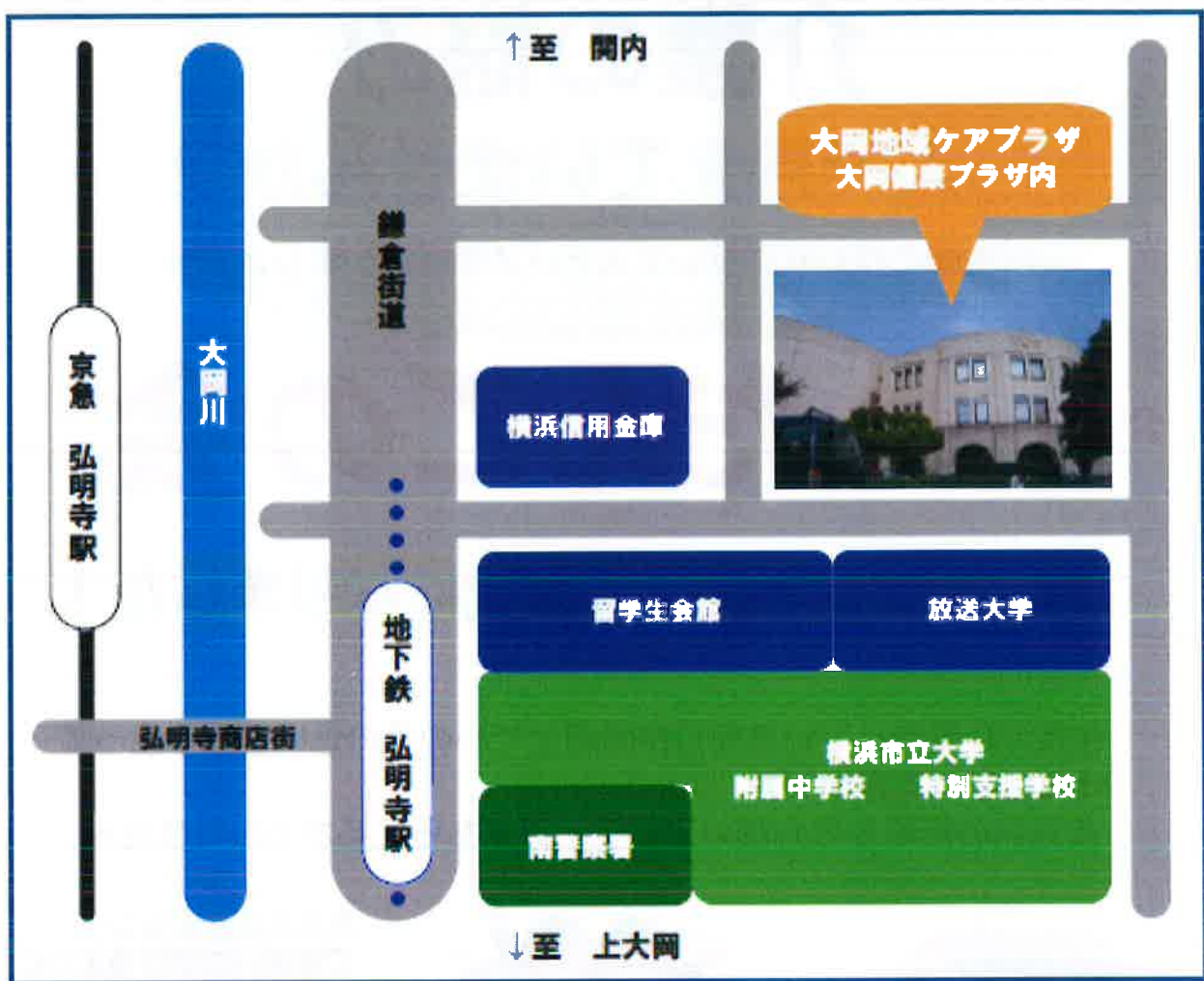
Zoom リンクは下記、二
次元コードより
※大岡 CP ホームページ
【お知らせ】からアクセス
出来ます

【お問合せ】

大岡地域ケアプラザ 地域包括支援センター

☎ 045-743-6102 担当：原田・菅野





場 所 南区大岡 1-14-1
横浜市大岡地域ケアプラザ (大岡健康プラザ1階)

最寄駅 横浜市営地下鉄ブルーライン 弘明寺駅下車徒歩 5分
京浜急行電鉄 京急弘明寺駅下車徒歩 10分

※ケアプラザ専用の駐車場はありません

