

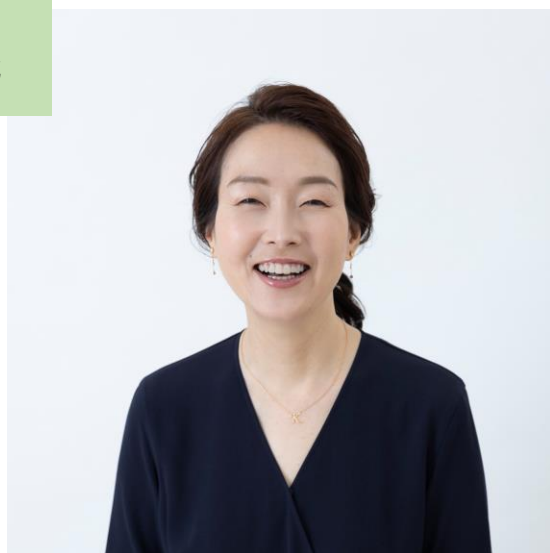
介護に疲れた時、

心が軽くなるヒント

日時 令和6年12月1日(日) 午後1時～3時

講師 介護者メンタルケア協会
代表 橋中 今日子 氏

理学療法士・公認心理士。
認知症の祖母、重度身体障がいの
母、知的障がいの弟の家族3人を働
きながら21年間介護した経験を元
に、2000件以上の介護相談に対
応。元ヤングケアラー。



申込
フォー
ム



会場 市民交流プラザ 多目的ホール
(ふじみ野市福岡1-2-5)
対象 ふじみ野市・富士見市・三芳町
に在住または在勤の方
定員 100人(申込順)
申込 電話または左記専用フォーム

申込
先

ふじみ野市 福祉部高齢福祉課 地域支援係

TEL 049-262-9038