

毎月第4土曜日はケアラーディ 11月30日(土)のご案内

南阿佐ヶ谷駅近くに、ゆったりできる素敵なスペースができました。
景色も抜群です。ケアラーのみなさん一緒に学んで語って楽しみましょう!

A. タクティール[®]ケア

手を使って10分程度、相手の背中や手足をやわらかく包み込むように触れる、スウェーデン発祥のタクティール[®]ケア。

手の持つ力を再認識できます。ぜひご体験ください。

時間 12:30-13:30/参加費 500円

協力：日本スウェーデン福祉研究所

B. 娘サロン

実母実父を介護する娘さんのつどい
です

同じ立場の方同志、語り合い聴きあう
場です。仲間との出会いもあります。
はじめての方も気軽にご参加ください。

時間 14:00-16:00

参加費 1,000円

☆コーヒー・ケーキ付

C. 若者ひろば

家族介護者やその仲間がつどい
食事やお酒を楽しみながら
おしゃべりをする場です。

時間 16:30-20:00

参加費 2,000円

☆食事・飲み物含む

*通し参加の方は(合計1500円まで300円。2000円以上の場合は500円)の
割引があります。お問い合わせください。



《開催場所》@コミュニティ広場暮らしの処方箋

東京都杉並区阿佐谷南 1-16-8-8F

東京メトロ「南阿佐ヶ谷」駅 徒歩3分/JR「阿佐ヶ谷」駅 徒歩5分

お申込み NPO法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン

TEL 03-5368-1955/ FAX03-5368-1956/E-mail:arajin2001@arajin-care.net

①ご参加希望のサロン名 ②お名前 ③お電話番号をお知らせください