

# ケアラー外来の ご案内

## 「ケアラー」とは??

こころやからだに不調があり、  
ケア（介護・看病・世話・気遣いなど）の必要な  
ご家族や近親者、ご友人を  
ケアする人のことを「ケアラー」といいます



身近な方のケアを通して、  
このようなお気持ちになることはありませんか？

- イライラせずに、優しい気持ちで関わりたい
- 少しだけでも、ひとりになる時間がほしい
- どんな対応をすればいいのか不安だ

ケアラー外来では、公認心理師がじっくりとお話をうかがいます。ケアをする方も、ケアを受ける方も、お互いが穏やかな気持ちで過ごすための方法を一緒に考えていきましょう。ご希望される方には、ご利用いただける医療・福祉サービスや、よりゆっくりとお話をするカウンセリングのご紹介をいたします。

費用：3,000円（30分）※税別 保険適用外

場所：ふくろうクリニック等々力・自由が丘

ご予約・お問い合わせ：03-5758-3270（担当：渡辺・伊藤）



[fshinri296@gmail.com](mailto:fshinri296@gmail.com)

