

# 家族のための健康教室 (一福老カフェ)

「自分の介護はこれでいいのかしら？」  
「他の家族はどうしているの？」など、  
思ったことはありませんか？  
皆さまお気軽にご参加ください。



- ・ 開催日:10月21日(金)14時~15時
- ・ 内容:ミニ講座 + フリートーク  
「ケアする側のケア~ストレスマネジメント~」
- ・ 対象:介護者の方
- ・ 参加費:300円
- ・ 場所:ふくろうクリニック等々力 集会室
- ・ 定員: 6名 ※感染症対策をしっかりと行った上で実施しています。

## <申込み方法>

参加をご希望の方は下記メールアドレスまでお願いします。

申込み先: [fshinri296@gmail.com](mailto:fshinri296@gmail.com)



以下2点を記載の上お送りください。

- ①件名:「家族の為の健康教室申込」と記載
- ②お名前



医療法人社団 創福会 Fukuro Clinic TODOROKI

ふくろうクリニック等々力

(担当: 伊藤)