

# “実践で使える介護方法と

## 介護者のからだづくり” 講座



介護の仕方や対応方法について学んでみませんか？介護スタッフが日ごろのちょっとしたコツをお教えます。学んだ後は、介護の疲れをほぐし、癒す“からだのメンテナンス方法”を自己整体ヨガインストラクターにお教えいただけます。

いすに座ってできる軽い運動ですので、正座の難しい方もお楽しみいただけます。

※各回、内容は同じです

|   |  |                |
|---|--|----------------|
| 1 | 平成 30 年 <b>8 月 30</b> 日(木)午後 1 時 30 分～3 時 30 分 | 定員 25 名        |
|   | 天王寺区在宅サービスセンター『ゆうあい』<br>3 階にこにこルーム(六万休町 5-26)  | ☎ 06-6774-3386 |
| 2 | 平成 30 年 <b>9 月 25</b> 日(火)午後 2 時～4 時           | 定員 10 名        |
|   | 高津地域 総合相談窓口<br>「四天王寺たまつくり苑」(玉造元町 1-29)         | ☎ 06-6763-4115 |
| 3 | 平成 30 年 <b>10 月 13</b> 日(土)午後 2 時～4 時          | 定員 10 名        |
|   | 夕陽丘地域 総合相談窓口<br>「四天王寺きたやま苑」(北山町 9-6)           | ☎ 06-6773-1811 |

対象 区内の方で現在、家族介護をされている方や、介護家族会会員

内容 認知症の方への声かけや介護方法、工夫についてからだを癒す  
タイ式ヨガを体験しましょう

申込み 各回会場へ直接お電話いただくか、裏面申込書をご記入の上  
各回会場へ FAX にてお申し込みください  
定員になり次第締め切ります

お持ちいただくもの ○フェイスタオル ○水分補給のための飲み物 ○ヨガマット(お持ちの方のみ)

# 平成 30 年度家族介護支援事業 FAX 参加申込書

8 月 30 日申込み先は、FAX6774-3399

9 月 25 日申込み先は、FAX6763-4165

10 月 13 日申込み先は、FAX6773-1840

下記必要事項、差し支えない範囲でご記入いただき、お申し込みください。

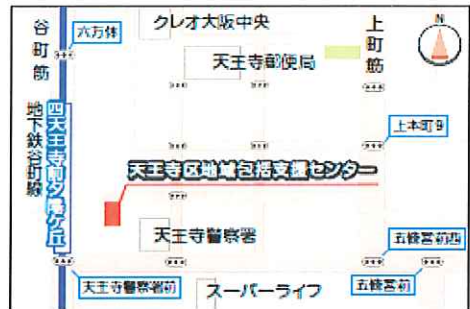
|         |                                       |            |       |
|---------|---------------------------------------|------------|-------|
| (ふりがな)  |                                       |            |       |
| 参加者名    |                                       |            |       |
| 住所・電話   | 〒 _____ 電話(____) - _____ - _____      |            |       |
| 介護者の介護度 | 要支援 ( 1. 2 )<br>要介護 ( 1. 2. 3. 4. 5 ) | 介護者の認知症の有無 | 有 ・ 無 |

\* 個人情報につきましては、本事業以外に使用することはありません。

\* 会場の定員を超えた場合、ご連絡させていただく場合がございます。

## 天王寺区地域包括支援センター

住所：天王寺区六万體町5-26  
天王寺区在宅サービスセンターゆうあい内  
電話：06-6774-3386  
ファックス 06-6774-3399  
受付時間：月～金 午前9時～午後7時  
(土曜日は午前9時～午後5時30分)



## 高津地域総合相談窓口(ランチ) 四天王寺たまつくり苑

住所：天王寺区玉造元町1-29  
電話：06-6763-4115  
ファックス 06-6763-4165  
受付時間：月～土 午前9時～午後5時30分



## 夕陽丘地域総合相談窓口(ランチ) 四天王寺きたやま苑

住所：天王寺区北山町9-6  
電話：06-6773-1811  
ファックス 06-6773-1840  
受付時間：月～金 午前9時～午後5時30分

