

2026年度（令和8年度）

家族介護者交流会

のお知らせ



在宅で高齢者の介護を行っておられる家族の方を対象に、心身の負担の軽減を目的として、家族介護者等交流事業を行います。

普段感じている介護の不安や悩み、疑問等を皆で意見交換をして、情報共有をしてみませんか？ 皆様のご参加をお待ちしています。

日 時

2026年（令和8年）10月20日（火）
10：00～12：00（受付時間 9：30～）

場 所

松永沼隈地区医師会保健福祉センター2階 大会議室
〒729-0105 福山市南松永町二丁目8番12号

テーマ

介護をされている方の「癒し」
～椅子ヨガで心身ともにリラックス～

内 容

- 椅子ヨガで心身ともにリラックス
※動きやすい服装でご参加ください
- 家族介護者同士の交流会

講 師

㈱オフィスプロスタジオ 真田礼子さん

申 込

申し込み締め切り日は9月30日（水）です。
電話でお申し込みください。

※先着19名（人数になり次第締め切らせていただきます）

要申込

参加費無料



【お問い合わせ・申し込み】

福山市西南部地域包括支援センター

☎：084-933-6272 FAX：084-933-6273

営業時間：月～金 9：00～17：15

土 9：00～12：30（日祝休み）

