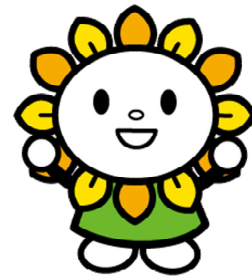


令和8年度

# あさひ介護者のつどい



あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

## ★介護者のつどいは何をするの？

介護を続ける皆さんが、ほっと一息つきながら交流できる時間です。  
心身のリフレッシュと、介護者同士の情報交換・相談の場としてご活用ください。

	日時	内容	場所等
第1回	5月21日(木) 午前10時~12時	<p>【多肉植物寄せ植え作り】</p>  <p>かわいい多肉植物を寄せ植えしながら、 育て方のコツも学べます</p>	尾張旭市保健福祉センター シアタールーム 講師：浅井 洋子氏
第2回	9月10日(木) 午前10時~12時	<p>【バランスボール健康教室】</p>  <p>懐かしい音楽に合わせて体を動かし、 後半は瞑想タイムで心も体もゆったり休めます</p>	尾張旭市保健福祉センター いきいきホール 講師：青山 しのぶ氏
第3回	R9年3月3日(水) 午前10時~12時	<p>【健康チェック・座談会】</p>  <p>骨の強さや体の状態を測り、健康づくりの アドバイスや野菜摂取量のチェック、 管理栄養士への相談もできます</p>	尾張旭市保健福祉センター シアタールーム 主催：中北薬品

## ★だれが参加できるの？

要支援・要介護の認定を受けたかたを在宅で介護している市内在住のかた

## ★参加費は？

無料（材料費等が必要な場合は500円程度）※詳細は広報をご確認ください。

## ★申し込み方法は？

尾張旭市社会福祉協議会のホームページや、実施日の約1か月前の広報でご案内します。

## ★問い合わせ先は？

尾張旭市地域包括支援センター	電話 0561 - 55 - 0654
尾張旭市地域包括支援センターサンヴェール尾張旭	電話 0561 - 56 - 4020
尾張旭市役所 長寿課	電話 0561 - 76 - 8143
地域相談窓口<敬愛園>	電話 0561 - 53 - 9507
地域相談窓口<アメニティあさひ>	電話 0561 - 51 - 5222
地域相談窓口<サンヴェール尾張旭>	電話 0561 - 56 - 4020