

知恵袋

☒ ご家族を介護されている市民のみなさまへ ☒

介護者同士、相談し合える仲間を見つけませんか？

朝霞市では、介護者同士が集まって介護の悩みや思いを話す場を設けています。

◎対象 認知症の方やその心配がある方を介護している市民

◎時間 午後1時30分から3時まで

開催日		産文	中央	ゆめ
7月	4日		○	
	★26日	○		
8月	1日			○
9月	5日	○		

開催場所がゆめばれすに
変更となります！

開催日		膝折	産文	ゆめ
10月	3日		○	
11月	7日	○		
12月	5日	○		
1月	9日		○	
2月	6日		○	
3月	6日	○		
	★15日			○

膝折：膝折市民センター 産文：産業文化センター 中央：中央公民館 ゆめ：朝霞市民会館 ゆめばれす

通常は金曜日開催、★印の日は土曜日、日曜日開催です。

参加者さまの声

介護している人からの
アドバイスなので
分かりやすい

認知症への対応法や、
進行の流れがわかったことで
優しく対応できるようになった

とても温かい雰囲気

自分だけで
抱え込まなくていいと
思えるようになった

イライラすることが
減った

自分の言いたいことが言え、
参加者が真剣に聞いて
共感してくれるのがうれしい

気持ちが
リフレッシュする



©むさしのフロントあさか

※初めて参加される方は、事前にお申し込みください。

◎申込み・問い合わせ 朝霞市長寿はつらつ課 高齢者支援係

☎ 048-463-1921 ☒ tyoju_haturatu@city.asaka.lg.jp