

介護の疲れを癒す！

介護セラピー講座

コリほぐし体操・フットセラピー・
介護者同士のワークショップ・
メンタルケアなど

開催期日 9月16日(木)/10月21日(木)/11月18日(木)/12月13日(月)
開催時間 【14:00～16:00】
会場 大田文化の森 和室 3階

企画内容

- ★介護に疲れている家族介護者の疲れを軽減し、元気を取り戻してくれる内容です。
- ★ワークショップ・フットセラピーヒーリングなどで体や心のコリを体操やほぐします。
- ★日本の介護の現状を知り、身近な改善策をみんなで考え、介護をひとりで抱え込まないまちづくりを目指します！

講師 李節子(健康運動指導士)・森田順子(社会福祉士)
定員 20名(抽選)
参加費 2,000円(1回に付500円)
申込 平成22年9月3日(金)必着
往復ハガキに住所、氏名、年齢、連絡先を記入の上、
〒143-0024 大田区中央2-20-1 大田文化の森運営協議会 まちづくり
実行委員会「介護セラピー」宛
問合せ先 電話 03-3772-0770 Fax 03-3772-0704



© 2005 TOSHIBA CORPORATION



大田文化の森運営協議会
Tel 03-3772-0770 / Fax 03-3772-0704
<http://www.ota-bunkanomori.jp/>