

# 家族介護者教室

藤沢市内にお住まいの方で、介護をされている方、  
内容に関心のある方であれば、どなたでもご参加いただけます。



ふじキュン♡

参加費無料！

健康チェックもできて安心！

## 日時

11月26日（水）14時～16時（定員20名）

## 内容

- 介護保険制度や在宅サービスについて
- 健康チェック（血管年齢測定・健骨度測定）

## 日時

12月3日（水）14時～16時（定員20名）

## 内容

- 介護技術（身体介護・認知症介護など）について
- 健康チェック（体組成測定）

## 日時

12月10日（水）14時～16時（定員20名）

## 内容

- 身体状況に応じた栄養管理や食事摂取について
- 健康チェック（脳年齢測定）

## 講師

社会福祉法人一石会職員

## 協力

株式会社サンドラッグ

## 会場

御所見市民センター 2階 第2談話室  
(藤沢市打戻1760-1)

【お申込み】 ☎ 0466-48-0896 (9時～18時)

※申込人数が定員に達し次第、申込を締め切らせていただきます。  
(3日間すべてでも、1日のみでもお申込みは可能です)

社会福祉法人一石会 特別養護老人ホーム白鷺苑