

# なかさつない 介護カフェ

介護をしていると、自分でも気づかないうちに緊張していたり、ストレスがたまったりしがちです。疲れすぎる前に、コーヒーやお茶を飲みながらおしゃべりをしてゆっくり午後のひと時をすごしてみませんか？

このカフェでは、介護に関する情報が聞けたり、認知症の相談などもできます。

思っていること・悩んでいることなど話をするだけで自然と元気が湧いてくるかもしれません！

日時： 偶数月・第2水曜日 午後1時～午後3時

〈 令和5年度 実施日 〉

4月12日	6月14日	8月9日
10月11日	12月13日	2月14日

開催場所： 澤田整骨院 小さな美術館内

(診察室・待合室とは別なスペースです)

対象者： 介護を行っている人

介護を行った経験のある人

介護に興味のある人



連絡先： 中札内村 地域包括支援センター  
(保健センター内)

TEL 67-2321