

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木曜日 午後1時～午後3時

(※8月のみ第1木曜日)

〈 令和7年度 実施日 〉

4月10日 6月12日 8月7日

10月9日 12月11日 2月12日

開催場所： 改善センター フリースペース

※フリースペースが混み合っている時は、会議室

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

