

## 家族介護支援事業

### リフレッシュ交流会を開催します

テーマ『アロマでリフレッシュ＆交流会』

ご自宅で介護されている皆さん、日頃の疲れを癒しませんか？

エッセンシャルオイルの抽出方法、香りの効果について学びます。自分の好きな香りや目的に応じたブレンドを体験して、自分好みの香りを作りましょう！

作ったオイルはお持ち帰りいただけます。

また介護について、分からないことや聞いてみたいことなども気軽に質問できる場になっています。アロマの香りに癒されてもよし、おしゃべりをしてよし、ご自分の身体を労わってリフレッシュしましょう！

【対象者】 諏訪市内在住の要支援1以上の方を在宅で介護されている方、市内在住で介護に関心のある方

【日程】 8月20日（水曜日） 午後1時～午後3時

【会場】 湯小路いきいき元気館3階 会議室2

【講師】 「こころとからだをみたすおみせ」 litte 宮田 佳代子 氏

【定員】 15名

【参加費】 1,000円

【問い合わせ・申込締切】 8月13日（水）までに電話申込  
諏訪市社会福祉協議会 福祉係  
電話：0266-52-2508

※ご来場にタクシーが必要な方はご相談ください。



〒392-8511 長野県諏訪市高島1-22-30  
長野県 諏訪市 健康福祉部  
高齢者福祉課 高齢者福祉係  
（担当）坂西  
電話 0266-52-4141（内線296）  
FAX 0266-53-6073  
メール koufuku@city.suwa.lg.jp