

家族の介護について学ぼう！

9月開催

ケアラーズスクール はじめてのケアラーコース in 西東京市

参加費無料



突然訪れる介護…今のうちから学んでおきませんか？こんな方にオススメです。

- まだ介護は始まっていないけれど、高齢者介護に必要な情報や心構えを学びたい
- 高齢者介護が始まったばかりで、不安がある

日程：1日目 2024年9月 4日(水)
2日目 2024年9月11日(水)
3日目 2024年9月18日(水)

全3日間
コース

※3日間通してご参加ください。

時間：14:00-16:00

会場：SOMPOケア介護付きホーム

「そんぽの家ひばりが丘」 西東京市西原町5丁目3-12



駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

- 西武新宿線「田無」駅より
西武バス田44・境07系統で、「第三住宅」バス停下車（乗車時間約10分）、徒歩約1分。
- 西武池袋線「ひばりが丘」駅より
西武バス田44・境07系統で、「第三住宅」バス停下車（乗車時間約11分）、徒歩約1分。

所沢街道沿い。

都営西原町四丁目アパート向かい側です。

↓
スクールの内容、
お申し込み方法は裏面へ

はじめてのケアラ-コース



学びの内容

- ・ 高齢者介護の初期に必要な知識、ヒントを学びます。
- ・ 参加者同士、少人数で話し合う時間もあります。

1日目
9/4(水)

はじめの一步

- ・ 介護と向き合う準備
- ・ がんばりすぎない介護のヒント

2日目
9/11(水)

チームを作ろう

- ・ 「自立を支援するケア」の理解
- ・ 初期段階からのチームケア

3日目
9/18(水)

これからの家族介護

- ・ 介護に向き合う心構え
- ・ 介護保険制度やサービス活用のヒント

一人で抱え込まず、相談したり頼ることが大事と
わかって、**少し不安も解消しました。**

介護に不安を感じている同士で会話が
できて、**気持ちがスッキリしました。**

家族介護に
不安がある方は
**ぜひご参加
ください！**

お申込み

QRコード または **お電話** でお申し込みください。

- ・ 定員25名
- ・ 申込先着順
- ・ 西東京市在住の方が対象です。



■ケアラ-ズスクール事務局

0570-086-070

受付時間：9:00-17:00

お待ちしております

募集開始 8 月 1 日(木) 9:00~

■個人情報の取り扱いについて■

お申込みいただいた方の個人情報は、以下の目的に使用します。1.ケアラ-ズスクール運営管理（出欠管理・問合せ・今後の当社のケアラ-支援サービスの案内など）のために 2.当社サービスの改善や新規サービス開発に必要なデータを解析又は分析するため 3.個人と特定できない範囲で当社サービスに関する統計データを作成、利用、開示、提供するため。またケアラ-ズスクールの共同開催者である地域包括支援センターに対して、ケアラ-ズスクール開催に必要な範囲でお客様の情報を提供することがあります。

主催：西東京市

運営委託：SOMPOケア株式会社