

よんもく  
4木の会

介護はゴールが見えず、ひとりで抱えるとしんどくなることがたくさんあります。4木の会のご家族を介護される男性が語り合い、悩みについてみんなで考えながら心身をリフレッシュする場となっています。みなさん、ぜひ一度お越しください。介護の都合により遅れての参加や早退も可能です。

◎日時 毎月第4木曜日 13:00～15:00

4月27日(木)	8月24日(木)	12月21日(木)(※)
5月25日(木)	9月28日(木)	1月25日(木)
6月22日(木)	10月26日(木)	2月22日(木)
7月27日(木)	11月16日(木)(※)	3月21日(木)(※)

(※)は第4木曜日以外の開催です。お気を付けてください。

◎内容 近況報告会や研修会

※内容については一部変更となる場合があります。詳しくは対象月の市民と市政1日号、広島市ホームページをご覧ください(広島市ホームページ ページ番号:219936)。

◎対象: 介護をしている男性、介護に関心がある男性

◎場所: 安佐南区総合福祉センター

(安佐南区中須一丁目38-13)

◎参加費: 1回100円

◎当日はマスクを着用の上、ご参加ください。

また、当日は検温をして、受付時にお伝えください。



【申し込み・問合せ先】

安佐南区厚生部地域支えあい課

電話番号: 082-831-4568

# よんもく かい “4木の会”

男性介護者のつどい

開催日時 毎月第4木曜日 13:00~15:00

場所 安佐南区総合福祉センター



どんなことをしているの？

介護中の方や介護OBが集って座談会  
や勉強会などを行っています。



## 座談会

介護の悩みや  
グチを！



## 勉強会

介護保険制度  
成年後見人  
終活など

pixta.jp - 20037581



## 施設見学

特養、サ高住  
など



## 料理実習

pixta.jp - 14996747



そして、時には、みんなで食事会をしたり、イベントなどに参加しています。



## 食事会



## イベント

講演、  
体験談発表



## 冊子“つぶやき”発行

既刊3号



### 【参加者の声】

会員の皆さんの色々な意見を聞くことができ、情報収集とストレス解消になり、精神面で大いに助かりました。  
(Y・Mさん)

会に参加して切実な体験を聞き、私の話した愚痴、悩みを受け止めてもらったことで介護を継続、前に進められたことと感謝しています (H・Iさん)

### 【申し込み・問合せ先】

安佐南区厚生部地域支えあい課

電話番号: 082-831-4568