

介護にまつわる

食事の悩みをスッキリ解消!!

令和6年度 長崎市家族介護教室・在宅介護リフレッシュ支援事業

「介護に興味がある」「介護をはじめたばかり、右も左も分らない…」

「介護の仕方はこれで本当にいいの？」

「明日は我が身！今のうちから介護を勉強しておきたい…」など、

2つのテーマで介護への不安解消をお手伝いします！

「**家族介護教室**」へご参加ください！

対象者：長崎市内に居住し、在宅で家族の介護をしている方

介護をする予定のある方、介護に関心のある方

参加費：無料（先着30名まで）

申込み：参加希望の方は事前にお電話かFAXにてご連絡ください。

会場	長崎市琴海南部文化センター2階会議室 (琴海村松町703-14)
日付・時間	令和7年1月22日(水) 13:30~16:00
タイムスケジュール	
13:40~14:40	『栄養と食事について』 ～介護者が疲れない食事支援と 介護者自身の食事を考える～ 講師：活水女子大学 健康生活学部 食生活健康学科 准教授 古川 美和 氏
14:40~14:50	休憩
14:50~15:50	『これ一つで食事が完成！ ワンプレート冷食・栄養補助食品 試食会』 ～疲れた時に頼れる便利なワンプレート冷食や 栄養補助食品の試食と、食事のお悩み相談～ 講師：長崎市在宅支援リハビリセンター 理学療法士 山本 真司 氏 言語聴覚士 前田 マリ 氏



★申込締切日：令和7年1月15日(水)

《 お問い合わせ・申し込み 》

長崎市琴海地域包括支援センター 連絡先：095-801-2730