

介護によって自分の心身が疲弊してしまわないように

楽になる

がんばりすぎない 働く人の 介護



11月7日(土)

会場：ウィメンズパル

午後2時～4時

講演90分+質疑応答

※開場は午後1時40分です



介護と仕事の両立をしている人は、どのような介護をしているのでしょうか。
“受け取り方ひとつでプラスに考えられるコツ”や“ムリせず楽になる介護”を実体験
をもとにお話し頂きます。

対象 どなたでも 20名
保育 定員3名
(1歳以上就学前まで)
申込 10月2日(金)受付開始
往復はがきまたは電子申請
締切10月16日(金)多数抽選

- ◆往復はがきの場合、以下記入ください。
 - ①講座名「介護講座」
 - ②氏名 ③住所 ④電話番号
 - ⑤保育の希望の有無(有の場合は、
子どもの名前(フリガナ)・年年齢)
- ◆電子申請
葛飾区ホームページ
<http://www.city.katsushika.lg.jp/>
→オンラインサービス→電子申請→
講座・催し物・検診など申込み→
「がんばりすぎない働く人の介護」
の申請はこちら→電子申請画面入力

講師
工藤 広伸さん
介護作家 ブLOGGER



1972年岩手県盛岡市生まれ。東京都在住。
盛岡に住む祖母と母の介護のため、2013
年3月に2度目の介護離職。認知症ライフ
パートナー2級、認知症介助士、なない
ろのとびら診療所(岩手県盛岡市)地域
医療推進室非常勤。現在も片道5時間弱
を、年間約20往復ペースでしれっと遠距
離介護中。

- ◆著書
「親が認知症!?離れて暮らす親の介護・
見守り・お金のこと」
「ムリなくできる親の介護」
「がんばりすぎずにしれっと認知症介護」
ほか
- ◆介護ブログ
「40歳からの遠距離介護」
<https://40kaigo.net/>

【お願い】新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来場の際はマスクの着用をお願いいたします。
体調不良や発熱がある場合は受講をお控えください。

申込先・会場
問い合わせ

葛飾区男女平等推進センター(ウィメンズパル)

〒124-0012 立石5-27-1 Tel.03-5698-2211 (9時~17時)