

ケアプランを自分で立ててみよう!

# 高齢期を自分らしく暮らすための 「マイケアプラン」学習会

要申込  
参加費  
500円

10月19日(土)

10:00 ▶ 12:00

会場 東園田町総合会館

尼崎市東園田町4-94-2



## 講師 島村 八重子氏

(全国マイケアプラン・ネットワーク代表)

東京都在住。介護保険前の父の在宅介護と看取りをきっかけに高齢者介護に関心を持つようになる。介護保険ができたあと、義母のケアプランを自己作成したことで多くの気づきや学びを得て、2001年「全国マイケアプラン・ネットワーク」を設立。



## 講師 須田 正子氏

(全国マイケアプラン・ネットワーク運営委員)

埼玉県在住。義父母の同時介護中に始めた拡大写本ボランティアがきっかけで地域活動に出会い、地域交流ボランティアよりあい\*ええげえしをはじめ、介護者支援、健康づくり・地域づくり、福祉教育等、県内外の複数の団体で幅広く活動している。

- ✓ 介護保険のことや、ケアプランに興味のある方
- ✓ 高齢になっても、自分らしく暮らしたい方

## お申込み・お問合せ

主催：ひまわりの家園田

申し込みは①名前②電話番号を記載してメールで

☎ 06-4977-7961

(火~土の13~17時)

お申込はこちら ▶

sonoda.himawarinoie@gmail.com



後援：尼崎市

みんなの居場所

# ひまわりの家園田

ここに来ると、ほっとする。  
認めたり、認められたり、  
人とのつながりで元気に！



孤独・孤立が社会的問題となっている今、いろんな人と出会えて、お喋りできる居場所が求められています。

高齢や病気で介護が必要な状態になっても、安心して出かけられる居場所が必要です。認めたり、認められたり、人とのつながりで元気に！

大人も子どもも、気軽に来れて、お話ししたり、一緒に何か作ったり、相談できたり

ここに来ると、ほっとするし楽しい。そんな居場所を皆さんと育てていきたいと思っています。

どうぞ、ふらりと遊びに来てください。

開所日時：火～土曜の午後1時～4時

（日・月曜日、祝日はお休み）

詳しくは、毎月の予定表をご覧ください

利用料金：1日100円

場所：尼崎市東園田町9丁目24-9

阪急園田駅南出口から南へ約300m（徒歩4分）

お問い合わせ

☎ 06-4977-7961

（対応時間：火～土の13時～17時）

[サイト] <https://bccweb.bai.ne.jp/~axfa0501/>  
[フェイスブック] [www.facebook.com/sonodahimawari/](http://www.facebook.com/sonodahimawari/)  
[メール] [sonoda.himawarinoie@gmail.com](mailto:sonoda.himawarinoie@gmail.com)