

# 家族介護支援講座 「こころを軽くする 学びの場」

介護の悩みや負担軽減のための  
ヒントが見つかります



介護は、ある日突然始まることも少なくありません。  
慣れないことの連続で、身体的にも精神的にも負担を感じていませんか。

「これでいいのだろうか」「誰にも相談できない」といった不安や孤独をひとりで抱え込んでしませんか。

本講座では、安心して介護に向き合えるための手助けになればと考えています。

日 時	令和8年2月25日（水）13：30～15：00		
会 場	小川文化センターアピオス 小ホール (住所：小美玉市小川225)		
講 師	NPO法人 ちいきの学校  NPO法人 ちいきの学校		
対 象 者	市内在住の家族を介護している方 家族介護に関心がある市内在住の方		
定 員	50名（先着順）	参 加 費	無料（要申込）
申込方法	裏面参照		

## 【問い合わせ先】

小美玉市介護福祉課高齢福祉係 ☎ 0299-48-1111 (内線：3111)

令和8年2月25日開催  
家族介護支援講座  
申込書

住所	
氏名	
電話番号	
該当に☑	<input type="checkbox"/> 現在、家族を介護している <input type="checkbox"/> 介護はしていないが、家族介護に興味・関心がある

【申込期間】 令和8年2月5日（木）から令和8年2月24日（火）

【申込方法】 下記のいずれか方法でお願いいたします。

①電子申請 URLまたは二次元コードより申請してください

<https://logoform.jp/form/nfRZ/1352865>



②電話 申込先 介護福祉課高齢福祉係

0299-48-1111（内線：3111）

③FAX 上記申込書をFAXしてください

FAX番号 0299-58-6710

④市役所窓口 上記申込書を提出してください

〈提出先〉

- ・介護福祉課（玉里総合支所内） 小美玉市上玉里1122
- ・福祉事務所小川支所（小川総合支所内） 小美玉市小川4-11
- ・福祉事務所美野里支所（小美玉市役所内） 小美玉市堅倉835

参加が決定した方には、通知等でお知らせいたします