

# 介護者のつどい

## 茶話会 & eスポーツ



介護のこと、一人で抱え込んでいませんか。  
日々の出来事やちょっとした本音を、同じ立場の仲間と分かち合ってみませんか。  
ここでは、気をつかわず、安心して話せる時間を大切にしています。  
今回は、みんなで楽しめるeスポーツの時間も取り入れています。笑って、動いて、心も体もリフレッシュ。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

日時

3月25日（水） 13:30~15:00

内容：茶話会とeスポーツ

場所：霧が丘地域ケアプラザ 多目的ホール1

定員：20名（先着順）

対象：介護をしている方、介護をしていた方、興味のある方

参加費：無料

持ち物：室内履き・水分補給の飲み物 ※マスクの着用を推奨しています。

申込み：2月25日(水)~3月25日(火)

電話・窓口・公式ラインにて完全予約制

eスポーツとは、  
ゲームを使って競い  
あうスポーツです。

### ■ お問い合わせ ■

横浜市霧が丘地域ケアプラザ

☎045-920-0666

横浜市緑区霧が丘3-23 担当：福田

詳しくは、ホームページをご覧ください

<https://www.foryou.or.jp/corp4/kirigaokahoukatu/>

※車・バイクでの来館はご遠慮ください



### ■ LINE公式アカウント ■

霧が丘地域ケアプラザ  
のLINE公式アカウント  
ができました！講座の  
お申込みも簡単、便利♪  
お友達登録をお願いいたします😊

