

# 伊丹市男性介護者きたいの会

男性介護者が集って、ワイワイガヤガヤ言いたいことを言い合える会が「きたいの会」です。

日々の介護の話、健康の話、趣味の話…いろいろな話を同じ介護をする男性同士で話しませんか？介護で悩んでいるのは自分ひとりだけではないと知ることによって楽になることもあります。「こんなときどうすればいいの？」というときは、「きたいの会」で情報交換をしましょう！男性介護者のみなさん、お気軽にご参加ください！！

## ～伊丹市男性介護者「きたいの会」5つの心得～

- ①健康第一！健康を大切にし、楽しむことも覚えよう！
- ②介護で悩んでいるのは自分だけではないことを忘れず、自分だけでできないことは頼る勇気を持つよう。
- ③見栄やプライドは捨て、言いたいことを話しあおう！
- ④聞いた話に意見せず、聞きっぱなしに努めよう。
- ⑤聞いた話は外に漏らさず、胸に留めよう。



◆活動日◆毎月第1金曜日（※は第2で実施）

◆活動時間◆13：00～15：00

（2020年度は 4/10、5/8、6/5、7/3、8/7、9/4、10/2、11/6、12/4、  
※1/8、2/5、3/5）

◆活動場所◆ いたみいきいきプラザ（伊丹市立地域福祉総合センター）

◆会費◆ 年額 1,000円（お茶菓子代）

◆対象◆ 高齢者の家族を介護している男性、または介護した経験のある男性

○問い合わせ・お申し込みは○

伊丹市男性介護者きたいの会事務局＜伊丹市社会福祉協議会内＞

〒664-0014 伊丹市広畑3丁目1番地 いたみいきいきプラザ内

TEL 072-785-0860 FAX 072-787-6911