



# ご家族の 介護を担う男性の皆様へ



## 男性家族介護者のつどい

介護を受けている方も一緒に参加できます

### 令和7年度

日付	ミニ講話テーマ	場所
5月27日(火) 10:30~12:00	ぐーんと調理が楽になる♪ 栄養レシピ	函館市 亀田交流プラザ 美原1丁目26-12 3階研修室1
6月14日(土) 13:30~15:00	ご自身のからだを大切に すき間時間にストレッチ・筋トレ	社会医療法人 高橋病院 時任町1-2 コミュニティスペース
8月26日(火) 10:30~12:00	むくみとリンパケア	函館コミュニティプラザ Gスクエア 本町24-1 シエスタハコダテ4階
9月26日(金) 18:30~20:00	高齢者の住まいの選び方	浄土宗 瀧澤山 湯川寺(とうせんじ) 湯川町3丁目35-10
11月25日(火) 10:30~12:00	ゴミの分別Q & A	函館市総合保健センター(市立函館保健所) 五稜郭町23-1 2階健康教育室
2月24日(火) 10:30~12:00	介護体験談を語ろう	函館市 中央図書館 五稜郭町26-1 2階小会議室

\*お車でお越しの方は、駐車場をご案内しますので下記お問い合わせ先までご連絡ください。

(一部の会場は有料駐車場へのご案内になります)

\*場所やミニ講話のテーマは変更になる場合があります。市政はこだてやホームページでご確認ください。

内 容 ミニ講話・参加者同士の交流(座談会)

参 加 料 無 料(飲み物などは各自ご用意ください)

お申し込み・  
お問い合わせ

# 電話 21-3065

函館市保健福祉部高齢福祉課 家族介護支援・認知症担当