第4回ダブルケアカフェ IN 岡山 開催のお知らせ

育児と介護が同時期に発生する状態をダブルケアといいます。
晩婚化、少子化、高齢化が進行する中で誰もがダブルケアを経験する可能性があります。ダブルケアカフェは、ご参加の皆さんの現状や本音をお話ししたり、必要な情報を交換したり、楽しみながらリフレッシュできる場をつくることで、「ケアを一人で抱えない」ことを目指しています。

◆　参加されたみなさんの声　◆

- 自分だけではないんだと思えた
- いろんな方の話を聞いて気が楽になった
- 自分のケア体験を振り返る機会になった
- こんな場が欲しかった
- 他では話してない自分の話が自然にできた

日　時　令和7年11月22日（土）14:00～16:00
場　所　ゆうあいセンター小会議室1
　　岡山市北区南方２丁目１３－１　きらめきプラザ2階
参加費　無料
対象者　ダブルケアを担っている方、ダブルケアに関心のある方、ダブルケアに直面する可能性のある方、支援者の方、ケアに関する対話に関心のある方
定　員　10名（申込み順）
　　お名前・連絡先・お立場（ケアラー、支援者、一般など）をお知らせください。申込み者多数の場合は、ケアラー当事者の方を優先とさせていただきます。

主 催 一般社団法人　ほっとFamily

◆問い合わせ・申込先◆
Tel ： 086-271-1080
　　090-1353-8776
mail：nakahara@hot-family.com