

認知症のご家族を介護されている方へ

一人で抱え込まないで

長い介護生活だからこそ

病気だと分かっているでもイライラしてしまう

その日その日が必死で

目も、気持ちも、離せない

悲しくなる瞬間があるの

介護者同士だからわかる気持ちがある

つらい気持ちを吐き出せる場所がない

ここだから吐き出せる

子供や友達には言えないし、

わかってもらえない

自分の息抜きも大事だよ

聞いて、聞いてもらえて、自分だけでないと

わかることで、また頑張れる

介護保険ってどうやって使うの??

デイへ行きたがらないのだけど、

みんなはどうしていた?

いつまで一緒に過ごせるんだろう...

介護のヒントが見つかる場

介護中の方も、介護を卒業した方も、

ここには仲間がいます

介護者交流会

日時

毎月第2木曜日 \*令和9年2月は第4木曜日

13:00~14:30

場所

三田市総合福祉保健センター

お問い合わせ先

三田市地域包括支援センター

TEL:079-559-5941

ここにある言葉は全て  
介護者交流会で出された  
言葉たちです。  
思いを吐き出せて、  
また頑張ろうと思える場。  
一度、のぞきに來てください。

令和8年度 介護者交流会開催日(毎月第2木曜日13:00~14:30)

4月	5月	6月	7月	8月	9月
9日	14日	11日	9日	13日	10日
10月	11月	12月	令和9年1月	2月	3月
8日	12日	10日	14日	*25日	11日

\*2月は第4木曜日の開催となります。

参加費無料、申し込み不要。  
お気軽にお越しください。

友だち登録募集中!

三田市地域包括支援センター公式LINE  
【オレンジライン】



地域の皆さまへ認知症に関するお役立ち情報などを定期的に配信!

【登録はこちら】

会場：三田市総合福祉保健センター



地域包括支援センターでは、高齢者の方に関する様々なご相談に応じています。各地域の支援センターにお気軽にご相談ください。



※当日10時の時点で天候に関する警報(大雨・洪水・暴風・大雪)が発令された場合は、中止とさせていただきます。

【お問い合わせ先】

三田市地域包括支援センター (平日9:00~17:30)

〒669-1514 三田市川除675 (三田市総合福祉保健センター2階)

TEL:079-559-5941 FAX:079-559-5707

Eメール:hokatsu@sanda-shakyo.or.jp