

COVID-19感染拡大防止のためオンラインで行います

働く介護者 おひとり様介護ミーティング

あなたの経験が誰かのためになる

PCで参加される方はカメラとマイクの準備をお願いします。スマートフォンで参加される方は「ZOOM」のアプリをダウンロードしてください。



第42回ミーティングテーマ

働く介護者のメンタルケア あなたはストレスとどう付き合ってる？

介護のある生活×COVID-19×外出自粛（在宅勤務疲れ）はいつまで続くのでしょうか。
高齢者がそばにいる私たちにとって、見えない敵との闘いは
精神的負担を極限の状態にまで追い込んでいます。
崩壊するその前に対策を！**あなたはひとりじゃない！**

日時：2020年9月19日（土）13:30～15:30

場所：オンライン（ZOOMを使って行います）

費用：無料

定員：15名

持ち物：笑顔／元気／お悩み／疑問／愚痴 など

参加者：「働く」と「介護」に興味のある

シングルケアラーおよびメインケアラー（既婚者可）

顔出しOKの方のみ（名前は愛称可）

申込み：ケアラーズコンシエルの登録が必要です

<https://carers-concier.net/>

ケアラーズコンシエルの**インフォメーションコーナー**から申込できます

運営：株式会社ワーク&ケアバランス研究所 info@wcb-labo.com

（取材のお問合わせは運営会社にご連絡ください）



参加申込はケアラーズコンシエルの登録が必要です

<https://carers-concier.net/>

