

## (公社) 敦賀市シルバー人材センター 介護やすらぎカフェ



男性介護者の方も  
大歓迎です！！

現在、介護中の方、これから  
介護を行うかもしれない方、  
介護に少しでも関係がある方  
が対象です！！

ミュージックケアとして心地よい音楽を聴きながら  
介護についての悩み、不安、辛いこと等を  
仲間に話してみませんか？  
多くの方の参加をお待ちしております。

ミュージックケアとは？

音楽の特性を生かして、対象者の心身  
に快い刺激を与え、対人的な関係の質  
を向上させ、情緒の回復や安定を図り  
ます。

**日 時：令和8年1月20日（火）**

**10：00～11：30**

- ・ミュージックケア
- ・くらしのアドバイス
- ・介護井戸端会議

**場 所：西公民館**

**参 加 費：無料**

**定 員：10人**

**申し込み先：公益社団法人敦賀市シルバー人材センター**

**電話：24－1250**