

# 第33回 <ケア>カフェ in まび

**<ケア>のこと なんでも  
語りあい 学びあう 集い**

<ケア> 職場で 家族の <ケア> で  
何か 心や体にたまっていませんか  
誰かに聞いてほしい 聞きたい 話し相手がほしい  
学びたい などと思うことはないでしょうか  
<ケア> のこと なんでも  
話し 聴き 語りあい 学ぶ  
<ケア> でふれあう 気楽な集まりです



■日時： 2017年 **1月13日** (金) 19時～21時

■会場： **まびいきいきプラザ 1階 会議室**  
(倉敷市真備町川辺 2271……井原線「川辺宿」西隣)

## ■テーマ・内容

### **「持ち上げない 引きずらない 介護について」**

**介護する人、介護される人、ともに、  
安心安全安楽な介護について考えます**

床ずれができてしまった／最近身体が硬くなってきた気がする／介護者の腰痛が減らない…。  
普段何気なくしている介助方法が、もしかしたら原因かもしれません。  
今回は移乗や座り直しなど、対象者と支援者のお互いに負担の少ない方法を体験を通して一緒に  
考えていきましょう。

■発表者： **岸本 歩 (あゆむ) さん**

(株式会社タイカ 岡山営業所 ウェルネス用品部 中四国ブロックリーダー)



■参加費：100円

■参加者：どなたでも参加できます (定員：30名・先着順)

■呼びかけ人：米山 明美 (看護師、介護福祉士、おむつフィッター1級)  
林 道也 (社会福祉士、介護支援専門員、<ケア>を考える会)

■申し込み・問い合わせ：(林)  
090-5366-1497  
[884michiya@gmail.com](mailto:884michiya@gmail.com)

※ <ケア> カフェ in まび・メーリングリスト  
[care-cafe@googlegroups.com](mailto:care-cafe@googlegroups.com)  
登録希望の方はお知らせ願います。

■ [持ち物]  
できればご持参ください

- ・マグカップなどのコップ
- ・つまむもの (スイーツなど)

