家族の世話や介護で
「しんどい」思いしていませんか？
それな、あなたを応援します！

家族の世話をしていると、ついつい自分のことが後回し、気がつくとひとりで抱え込んでいることも・・・ケアラーは誰もがなりうる身近なもの。「支える人」にも「支え」が必要です。家族のケアをしている人はぜひ、お気軽にご参加ください。

ケアラー支援イベント

令和8年11月11日（水）10：30～14：30

阿波市役所　市民情報スペース

ストレスチェック

保健師さんがあなたの心身の状況をチェック

相談コーナー

行政・社協が福祉サービスなどお悩みをお聴きします

癒しコーナー

就労支援センター「アスカ」のコーヒーサービス、

アロマ・マッサージなどで、日頃の疲れを癒します

問合せ先　阿波市社会福祉協議会

TEL　0883-36-5511

この事業は、赤い羽根共同募金配分金が使われています。