

介護講座

誰もが介護をする側にも、される側にもなり得る時代。

親や配偶者が元気なうちにいざというときに備え、学んでおきたい
介護の知識を学んでみませんか？介護は突然始まることが多く、最近では
仕事をしながら介護を続ける人も増えています。望まぬ介護離職や
自分の人生をあきらめないための介護のコツを学びましょう。
また、自分自身にもいざれは訪れる介護される時に備え、
知識を習得しましょう。



よりよい介護のために知つておきたいいせつな話

令和8年
2/7(土) 午後2時～4時

会場 男女平等推進センター 洋室A

対象 どなたでも 定員30名（先着順）

保育 4名（1歳以上 就学前まで）
※保育の申込みの締切は
2月2日（月）までです。

申込方法 12月17日（水）
午前9時より
オンラインまたは電話
(先着順受付)



講師

いいのみきこ
飯野三紀子さん

一般社団法人
介護離職防止対策促進機構 理事

ココロとカラダのケアラボ
主宰



【講師紹介】

働く人のキャリアや心のカウンセリング、研修等を行いながら、ハラスメント、LGBTQ、介護者などの問題について専門的支援を行っている。介護と仕事の両立について、民間企業、官公庁、自治体において相談や講演会など多数実施。自ら5人の介護と4人の看取りをした経験から現実的な支援に高い評価を得ている。代表著書に「介護と仕事をじょうずに両立させる本」「やりがいある介護・後悔しない介護」がある。

葛飾区男女平等推進センター

電話：03-5698-2211
平日 9:00～17:00



オンライン申し込みはこちらから