

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、自分自身にもいず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っておきたいセツな話

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「介護と仕事をしょうず
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