

寄り合いカフェ

癒・気・多

6月



今回は臨床心理士より「セルフケア」のお話をさせていただきました！



自分で自分を助ける方法について学びました！

ワークシートを使ったセルフケア体験を行いました！

次回は令和8年7月18日(土)10:00~12:00

MCI ユニット(デイケアセンターのぞみ)にて開催予定！

看護師より「ハッカ油を使って快適に過ごそう！」についてお話をさせていただきます。

※場合によっては内容が変更になることがあります

参加費は無料です！茶話会に加え
認知症に関連した相談も承っています！

お問い合わせ先：精神科デイケア
担当：加治 佐登子・杉本 大騎・川上 華子
TEL 0947-44-8882

