



# 結ぶ会 家での生活を豊かにする 本の紹介と朗読

～図書館司書さんによるフレイル予防の本の紹介と  
ボランティアさんによる朗読～

## ぷるぐらむ

- ・司書さんと一緒に?! フレイル予防体操&ハミング(鼻歌)で歌おう懐メロ🎵
- ・朗読: 『再会』 向田邦子作

令和3年 9月22日 (水) 13:30～14:30

【お 話】 八王子市中央図書館司書 関根 ひとみ 氏

【朗 読】 ボランティア 恒元 房枝 氏

【参加費】 無料 (事前申し込み、会場定員10名) ※リモート配信あります

## 結ぶ会

介護者の方や、介護に関心のある方が、  
医療や介護など様々な専門職と繋がるきっかけを作る会です

認知症や介護についての  
専門相談を利用したい **要予約**

### お気軽相談はじめの一步

認知症疾患医療センター平川病院の医療ソーシャル  
ワーカーが対応します。個別相談会です

9月8日 (水)

13:30～15:30 無料

介護経験者とお話したい

### 介護者の日

家族会を運営する介護経験者がお話を伺います

毎月第3水曜日

開催についてはお問い合わせください

13:30～15:30 無料

八王子ケアラズカフェわたぼうし

TEL 042-686-2779

住所 八王子市子安町4-10-9西村ビル2階

