

## ダブルケアカフェ ekubo について

「ダブルケアカフェ ekubo」を下記のとおり開催しますので、お知らせします。

- |      |   |
|------|---|
| 目的   | 育児と介護など複数のケアが重なるダブルケアを実施している方のケア疲れやストレスを軽減し、継続してよりよいケアができるよう支援する。   |
| 日時   | 令和6年2月27日（火） 午後1時30分～午後3時00分  |
| 場所   | 多世代交流施設「まなびあむ」3階 会議室2   |
| 主催者  | まいづるダブルケアの会 えくぼ （共催：舞鶴市高齢者支援課）  |
| 内容   | 育児と介護など複数のケアが重なるダブルケアをしている方やダブルケアに関心のある方の交流会。日頃のダブルケアで不安に思うこと、戸惑っていることなど、同じ立場同士だからこそ分かる悩みを分かち合う場。ダブルケアについて学び、自由に話し合い、悩みを解決する糸口とします。 |
| 対象   | 現在ダブルケアをしている方、以前ダブルケアをしていた方、ダブルケアに関心がある方など、どなたでも  |
| 参加費  | 無料 （申込不要）   |
| 問合せ先 | 高齢者支援課 相談支援係（TEL 66-1018）   |

### 【お問い合わせ先】

高齢者支援課：☎0773-66-1018、FAX 0773-62-7957  
E-mail: kourei@city.maizuru.lg.jp

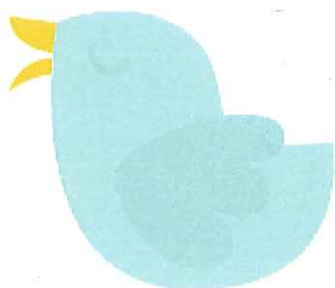
まいづるダブルケアの会



ダブルケアカフェ

ekubo

えくぼ



おこさま連れ  
参加OK!

介護のこと  
子育てのことなど…  
なんでも話しましょう

ダブルケアカフェ ekuboは  
現在ダブルケアをしている方、  
ちょっと前までダブルケアをしていた方、  
ダブルケアに関心がある方など…  
どなたでもご参加いただける交流会です

日時: 2024年2月27日(火)

13:30~15:00

場所: 多世代交流施設『まなびあむ』3階 会議室2

舞鶴市字溝尻 150



まいづるダブルケアの会 えくぼは  
ダブルケア月間に参加しています

育児と介護など、複数のケアが重なることをダブルケアと言います  
2月2日はダブルケアの日、そして2月はダブルケア月間です  
全国各地でダブルケア支援の普及や啓発活動が行われます

参加費無料  
申込み不要

主催:まいづるダブルケアの会 えくぼ

共催・お問合せ:舞鶴市高齢者支援課  
(0773-66-1018)

