

## ダブルケア講座

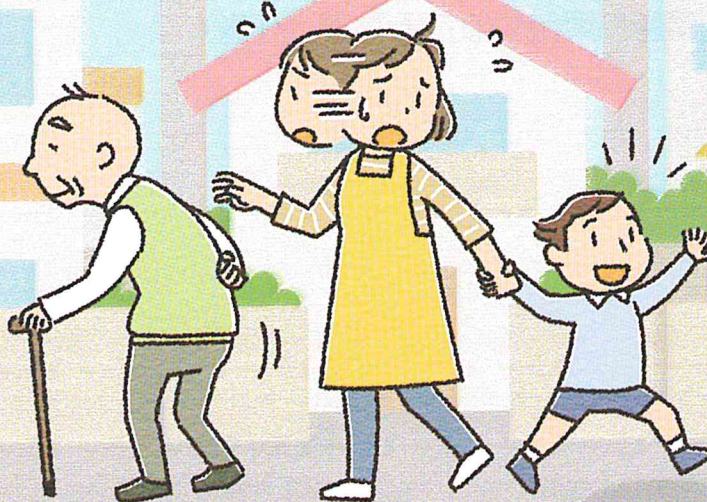
# ～育児と介護が重なったとき、 あなたはどうしますか？～

育児と介護も初めてでは、とにかくわからないことばかり。困って当然です！  
 どんな状況でダブルケアになるのかなんて誰にもわかりません・・・  
 だからこそ、今から楽しく備えるための「ケア活」を始めませんか？

どなたでも 参加できます！

令和4年  
 10月6日(木)  
 13:30～15:15

- |      |   |
|------|---|
| 日 時  | 令和4年10月6日(木)13:30～15:15   |
| 講座形式 | オンライン講座 (ZOOM)  |
| 内 容  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ダブルケアとは (講話)</li> <li>・ダブルケアの体験談</li> <li>・ダブルケア版クロスロードゲーム</li> <li>・ケア活のススメ</li> </ul> |
| 講 師  | 一般社団法人 ダブルケアパートナー   |
| 対 象  | どなたでも 15人(先着順)  |
| 参加費  | 無料  |
| 申込み  | 8月17日(水)午前10時より受付開始<br>※申込み締切 9月28日(水)  |



## 「ダブルケア」とは？

「育児」と「介護」が同時期に重なることを言います。他にも、配偶者と親の介護、自分の親とパートナーの親の介護などもダブルケアと呼ばれています。ダブルケアを行っているのは30歳～40歳代が多く、育児・介護と仕事の両立に悩む人もたくさんいます。ダブルケアは自分一人で頑張ることができるものではありません、経験者の話や、サポートなどの話を聞いて一緒に考えてみませんか？



## ダブルケア講座

# ～育児と介護が重なったとき、あなたはどうしますか？～

【講師紹介】 一般社団法人 ダブルケアパートナー 川崎裕子さん 近藤貴音さん  
名古屋市を中心にダブルケア支援をしている団体。ダブルケアカフェや相談会、ダブルケアの講座を各地で開催されています。

【お申し込み方法】 ※8月17日(水) 午前10時より受付開始 先着 15名  
申し込み締切 9月28日(水)

申し込みフォーム



申し込みを受付ましたらこちらからメールでご連絡いたします。9月29日(木)までにあざれあから連絡がない場合は、お手数ですが再度ご連絡をください。オンラインのURLは、申込みいただいたメールアドレス宛に、開催前日までにメールにてご案内いたします。

※Emailの場合は必要事項をご記入いただければ本用紙の添付は不要です。

※迷惑メール設定をされている方は受信できるよう設定をお願いします。

氏名 (ふりがな)

年齢

メールアドレス

連絡先 (電話番号)

住所 ※講座資料を事前にお送りさせていただきますので必ずご記入ください。

参加動機、講師への質問、講座に期待することなど (任意)

メールでのお申し込み

e-mail : azareajigyou@gmail.com

FAX でのお申し込み

FAX : 054-251-5085

お問合せ

特定非営利活動法人

静岡県男女共同参画センター交流会議 事業課

〒422-8063 静岡市駿河区馬淵1丁目17-1

TEL:054-250-8147 (平日 9:00 ~ 18:00)