宇治市介護者リフレッシュ事業って？

宇治市介護者リフレッシュ事業は、
在宅で介護をされている家族等のリフレッシュと互いの交流を深めるため、
宇治市からの委託を受けて、宇治市社会福祉協議会が実施します。
〈企画や当日の実施には、**宇治市介護者（家族）の会**にご協力いただいています〉

令和7年度は以下の取組みを企画・準備中

交流企画

要支援認定、要介護認定を受けた方を在宅で介護する家族等を対象に開催。介護に関する情報交換など、参加者同士の交流をはかります。

第1回 11月	コーヒーの淹れ方を学ぼう 茶話会 （宇治市総合福祉会館）	終了しました コーヒーの淹れ方講座、交流会
第2回 12月 申込 受付中	リラクゼーション体験 （宇治市総合福祉会館）	ハンド・マッサージ体験、交流会
第3回 1月頃	落語×介護×レク （宇治市内で開催予定）	落語を取り入れたイベントと交流会
第4回 2月頃	懐かしのレコードを聴こう 茶話会（宇治市内で開催予定）	懐かしのレコード鑑賞と交流会

レクリエーション企画

要介護認定を受けた人を在宅で介護する家族等を対象に開催。
日常からしばし離れ、交流しながら気持ちのリフレッシュ。

第1回	風薫る竜王、さくらんぼ狩り～アグリパーク竜王～	終了しました 滋賀・竜王の道の駅で楽しむさくらんぼ狩り・季節の幸
第2回	夢コスモス園、道の駅「味夢の里」	終了しました コスモス園(亀岡)、道の駅「味夢の里(京丹波)で昼食とお買い物を楽しむ

※いずれの企画も内容や開催時期等は変更となる可能性があります。
レクリエーション企画は、年度内に初めて参加される方を優先いたします。2回目以降の参加は空きがあれば調整いたします。ご予定が合えば何度でもお申込みください。

宇治市社会福祉協議会／電話：0774-22-5650

宇治市介護者リフレッシュ事業
第2回交流企画

身体も心もホッと一息、リラクゼーション体験

リラクゼーション体験を通して、
日々の疲れも癒しませんか。

参加費無料
定員20名

12月16日(火) 10:00～12:30

会場:宇治市総合福祉会館

内容:リンパドレナージュ
ハンドまたはフットマッサージケア
参加者同士の交流

参加には事前申込が必要です(詳細は中面をご覧ください)
宇治市社会福祉協議会　電話/0774-22-5650

身体も心もホッと一息、リラクゼーション体験

宇治市介護者リフレッシュ事業
第２回交流企画

日時
行先

12月１６日（火）10:00～12:30
・宇治市総合福祉会館
※受付は9時半から予定。

内容

・リンパドレナージュ
(リンパ液の流れを促進し、体内の老廃物を排出するための手技療法)
・ハンドorフットトリートメント体験
・参加者同士の交流の時間など

定員
費用

20名（多数の場合抽選）
参加費：無料

対象

介護保険で要支援・要介護認定を受けている人を
在宅で介護している家族等（宇治市民に限る）
※参加対象は介護者のみ。
※要介護者が入院・入所されている場合は対象外。

申込

申込書（右ページ）に記入のうえ、
郵送またはファックスで下記へお送りください。
※電話申込もできます。受付時に申込書に記載の内容をお聞きします。
※要介護者が市外在住の場合、介護保険被保険者証の写しをご提出ください。

問合せ・申込先：宇治市社会福祉協議会
〒611-0021　宇治市宇治琵琶４５
TEL:0774-22-5650　FAX:0774-22-5654

申込〆切
12月２日
（必着）

FAX：0774-22-5654
（FAX送信の場合は着信確認をお願いします）

宇治市介護者リフレッシュ事業参加申込書
第2回交流企画（12月16日（火）開催）

宇治市介護者リフレッシュ事業への参加を申込みます。

ふりがな 参加者氏名 ※介護者氏名	
生年月日	大 ・ 昭 ・ 平　　年　月　日生まれ
住　所	〒611- 宇治市
電話番号	携帯：　－　－　／ 自宅：　－　－
介護を要する方からみた続柄（〇で囲む）	ex ： 参加者が夫の介護をしている妻の場合は「妻」〇 夫 ・ 妻 ・ 子 ・ 兄弟姉妹 その他（　　）

ふりがな 介護を要する方の氏名	
生年月日	大 ・ 昭　　年　月　日生まれ
要介護認定（〇で囲む）	要支援 １ ・ ２ 要介護 １ ・ ２ ・ ３ ・ ４ ・ ５
住 所※	※参加者（介護者）と住所が異なる場合のみご記入ください。 ※介護を要する方が「宇治市外在住」の場合、 介護保険被保険者証の写しの添付をお願いいたします。

問合せ・申込先：宇治市社会福祉協議会
〒611-0021　宇治市宇治琵琶45
TEL:0774-22-5650　FAX:0774-22-5654

申込〆切
12月2日
（必着）

＜宇治市社会福祉協議会　介護者リフレッシュ事業に関する個人情報の取り扱いについて＞
本会個人情報保護規程に基づき、介護者リフレッシュ事業の参加申込みにかかる個人情報の取り扱いは次の通りです。
■個人情報の種類：参加申込書に記載のある事項　■個人情報の利用目的：介護者リフレッシュ事業申込者の把握、ご参加いただけるかどうかの結果通知の発送、名簿の作成、介護関係情報の提供　■個人情報の利用・提供方法：宇治市役所担当課（長寿生きがい課）と名簿の共有、緊急連絡が必要な場合に利用、介護関連情報（次年度以降の本事業の案内含む）の案内等の送付に利用　■個人情報保護担当者：遠藤　咲和　　■苦情受付担当者：米田　守