

今日から明日へ繋がる介護の為に!



其の一 介護者は神様でもスーパーマンでもありません。

100%でなくて、あたりまえ。

其の二 “おこじ”上手は、介護上手。

其の三 家族・親戚、時々来ては、あれこれと＜聞くな・言うな。＞

頑張っているのは家族介護者の私!

其の四 一人の千カラよりも、**家族の小さな協力、介護の千カラ倍になる。**

其の五 どんな趣味でも、いろんな事で**ストレス発散。**

其の六 よく寝て・食べて・笑う・**介護者は健康が大事!**

其の八 家族介護者の“私”に**少しだけねぎらいを!**

介護者への支援は地域社会のちからです