



静岡県東部の
ケアマネジャー
限定！

ケアマネの、ひとやすみ会

～がんばるあなたに、ちょっといい時間。in伊東～

令和8年1月24日（土） 13：30～16：45
（受付 13：00～）

会場：伊東市観光会館

参加費：会員…無料 / 非会員…6,000円



ケアマネ同志の

“リラックストーク”

共感が広がるゆるやかな時間…



ゆるっと体を動かす

“リフレッシュ&ゆるトレ”

フレイル予防も楽しく学べます♪



終わった後は

伊東の海鮮で乾杯🍷

※本イベントは、主任介護支援専門員更新研修の受講要件に該当しません

主催：特定非営利活動法人 静岡県介護支援専門員協会（東部支部）

伊東市名物
“ぐり茶”やお菓子で
お待ちしております🍵

プログラム



第1部：「ケアマネジャーの仕事について考えよう！」

日々の仕事で感じることを気軽に話し合いながら、シャドーワークの現状、業務効率化とICTの取り組みなど、ケアマネの仕事と一緒に考えます。

～ほっとタイム～ 🍵🍪



第2部：「リフレッシュ&ゆるトレ」

PTさんの指導で、体をほぐすストレッチや簡単なエクササイズを体験。フレイル予防のポイントも楽しく学べます。



親睦会（17:30～19:30）

「民宿はるひら丸」（伊東市松原本町1-14）

参加費：6,050円（コース・飲み放題付）

★先着40名様です！
お早目に♪

お申込みはコチラから ➡

申込期日は1月9日（金）まで！



<https://forms.gle/BLBLn4d3F57Nr7hS9>

【問合せ先】 特定非営利活動法人 静岡県介護支援専門員協会
〒420-0941

静岡市葵区駿府町1-70
静岡県総合社会福祉会館4階



054-252-9882



shizu-caremane@yr.tnc.ne.jp