

第 46 回 働く介護者おひとり様介護ミーティング

議事録（2021 年 5 月 1 5 日（土） 13:30～15:00）

=====
今年は通年で介護者支援を考えていきます

今日のテーマは

「あなたの精神的不安の解消法」です
=====

1. 今日の参加者

今日の参加者は男女含めて 4 名

今日の会も女子会状態

ただ、この会への参加自体が皆さまの「ストレス解消法」「不安解消法」のようです・・・

2. 介護離職防止対策シンポジウムの話

休みを取って拝聴しました

（ありがとうございます）

有給休暇を取らなきゃいけないこともあって休みをとって参加しました。

凄く良かったです！

不動産屋さんの話が面白かったです。

3. いつものメンバーだよね

ケアコンの会員になっていないと参加できないようにしてあるからいつものメンバーだね

介護者の会って毎回参加する人もいれば、その人のタイミングで参加すればいいもんね。

夜カフェに参加したい人もいるし、気ままに参加したい人もいるし、でいいと思う

雑談、雑談、ひたすら雑談。

参考になるようなお話がないまま雑談。

結論

こういう場で話をする事で精神的な不安を解消している、です。