

## ■ 第3回開催日時

2025年 2月8日(土)  
10:00~11:00



セミナー中に  
チャットで  
質問や相談  
もできます!

# 仕事と介護の両立オンラインセミナー 介護のストレスマネジメント

## 【ご参加方法】

- ① 下記URLまたはQRコードにアクセス
- ② お好きなニックネームを入力するだけ!

※資料がお手元に必要な方は、  
下記URLよりダウンロードできます。



介護は他人事ではありません



手軽にご自宅から  
ご参加いただけます



←開催時間の  
10分前から  
ご入室  
いただけます

## 【受講用URL/QRコード】

<https://bss-cdn.gigacast.tv/?rid=0170TytC7KuGs&uid=BQ2tY5X9>

株式会社ベネッセシニアサポートがお届けする仕事と介護の両立オンラインセミナー、2024年度3回目のテーマは「介護のストレスマネジメント」です。家族の介護でイライラしてしまったり、心が疲れてしまうということはありませんか。介護ならではのストレスについて、対処のヒントをお伝えします。親御様の介護が始まっている方、まだ始まっていない方もぜひご参加ください。

日野自動車福祉共済基金  
電話：042-586-5236

Mail: [fukushikyosai@hfkk.hino.co.jp](mailto:fukushikyosai@hfkk.hino.co.jp)