

# 誰でもほっとできる場があります

～R5年度 青葉区認知症カフェ一覧～



認知症カフェとは…

認知症の人やその家族、地域住民など誰でも気軽に集まれる場所です。専門職も参加しているので、気軽に相談もできます。

※事前にお問合せのうえ、ご参加下さい

名称	日時	会場・問合せ先	ひとことPR
ここならカフェ	第1(土) 13:30～15:00	奈良地域ケアラサ ☎962-8821	小さいお子様から年配の方、認知症の方やそのご家族、どなたにも楽しんでいただける企画を通じて集えるカフェです。
つつじカフェ	第1(水) 10:30～11:30 Ⓢ8・1月	バダバダス(つつじが丘24-14)☎972-4769(さつきが丘地域ケアラサ)	認知症の方やご家族、近くにお住まいの方どなたでも気軽に集うことが出来るカフェです。月1回、テーマを楽しみませんか？
しらとりカフェ	第4(火) 9:30～10:30 Ⓢ8・12月	ボンディーズカフェ(しらとり台47-4)☎972-4769(さつきが丘地域ケアラサ)	認知症の方やご家族、近くにお住まいの方どなたでも気軽に集うことが出来るカフェです。月1回、テーマを楽しみませんか？
坂の途中の寄り道カフェ	第2(水) 13:30～14:45 Ⓢ8月	美しが丘地域ケアラサ ☎901-6665	誰でも気軽に参加いただけるカフェです。協力医小澤クリニックの医師からのお話や「ノスタジック」をテーマに回想法を行っています。
地域交流カフェ いちがお	第4(水) 13:00～14:30	ピバラ市ケ尾地域ケアラサ ☎308-7081	「地域交流カフェいちがお」は、地域住民の方で運営されており、どなたでもご参加頂けます。事前申し込み不要。参加費100円です。
Ao cafe(あおカフェ)	第1(水) 10:00～11:00	青葉台地域ケアラサ ☎988-0222	地域の皆さんに楽しく参加していただけるように体操や各種講座などを準備してお待ちしています♪
なごみサロン	第1(水) 13:30～14:30 Ⓢ1・5・8月	恩田地域ケアラサ ☎988-2010	ケアラサ 協力医の無料健康相談もあります。演奏等のレクリエーションを楽しみましょう。認知症の方、ご家族どなたでもお待ちしております！
プラぶらっとカフェ	第4(金) 13:30～	たまプラザ 地域ケアラサ ☎910-5211	カフェの名前のように、地域のシニアの方がほっとできる場所となっています。お気軽にいらしてください。
認知症カフェ 「ほっと青葉」	第4(火) 11:00～12:00 (12月は第3)	青葉区福祉保健活動拠点「ふれあい青葉」2階(市ケ尾町1169-22) ☎取次 972-8836(第1・4火 13:00～15:00)	どなたでもご参加をお待ちしています。美味しい飲み物とお菓子でおしゃべりを楽しんでください。お昼持参でそのまま13:00からの定例会(交流会)に参加される方もいらっしゃいます！お茶代100円。
あざみ野オレンジバル	月1回(水) 18:30～ (不定期)	そばくろ(あざみ野2-9-10) ☎522-6298(横浜総合病院臨床研究センター)	認知症のご本人やご家族、地域住民、医療従事者、介護従事者などが集い、リラックスした環境で愉快地話し合える交流の場です。
歌カフェ	第2(金) 10:30～12:00 Ⓢ8月	NPO法人スペースナ (あざみ野1-21-11) ☎482-6717	認知症を心配されている方や家族介護者が、お1人でも一緒でも参加できます。歌の経験のない方大歓迎です。参加費800円(飲み物付き)
ゆっくり水彩カフェ	第3(木) 10:00～12:00 Ⓢ8月	NPO法人スペースナ (あざみ野1-21-11) ☎482-6717	認知症を心配されている方や家族介護者が、お1人でも一緒でも参加できます。絵の経験のない方大歓迎です。参加費1000円(材料費込み)
あんサポ認知症カフェ	不定期(年4回程度)	江田記念病院 (あざみ野南1-1) ☎912-0186	看護師、臨床心理士、医療ソーシャルワーカー、言語聴覚士等が、介護に関するご相談やご質問をお伺いしております。お気軽にご相談ください。

発行：青葉区高齢・障害支援課

TEL045-978-2449 FAX045-978-2427(令和5年3月)

# 介護の悩み、話してみませんか？

～R5年度 青葉区介護者のつどい一覧～



※事前にお問合せのうえ、ご参加下さい

## 介護者のつどいとは？

情報交換や学習会などを通して、介護者同士が集う場です。  
介護に関心のある方であればどなたでも参加できます。

名称	日時	会場・問合せ先	ひとことPR
介護者のつどい	4・7・10・1月 第4(月) 13:30～15:00	荏田地域ケアラザ ☎911-8001	介護に関するさまざまなテーマについての知識や情報を得たり、日頃の思いを自由に語り合える場です。参加は介護者や介護経験者だけでなく、関心のある方どなたでもお待ちしております。
かいごの知恵袋講座	奇数月第4(火) 10:00～11:30 ⓪3月	もえぎ野地域ケアラザ ☎974-5402	講師によるミニ講座ののち、質疑応答を含めた交流会を行います。
かいごの知恵袋・おしゃべりサロン	偶数月+3月 第4(火) 10:00～11:30	もえぎ野地域ケアラザ ☎974-5402	参加者同士が気軽におしゃべりできます。介護について不安や関心のある方、どなたでも参加OKです。(8月は8/29です)
介護者のつどい	5/31・7/27・9/28 11/30・1/26・3/29 14:00～15:30	奈良地域ケアラザ ☎962-8821	介護に関するミニ講話や介護の相談・情報交換などを行います。ひとりで抱え込まず、介護者同士で交流してみませんか？
介護者のつどい	第1(木) 14:00～15:30 ⓪1月	さつきが丘地域ケアラザ ☎972-4769	介護をしている方や介護の経験のある方々の茶話会です。男性介護者の方、初めての方もぜひお気軽にお越しください。
介護者のつどい	奇数月第4(木) 13:30～15:30	美しが丘地域ケアラザ ☎901-6665	頭では分かっているけれど、やっぱりもやもや、キリキリしてしまう。「気持ち」を話してみませんか。少人数の会です。お話を聴くだけでも大丈夫です(7・9・1月はたまプラーザ地域ケアラザ会場です)
介護者のつどい	第4(水) 10:00～11:30	大場地域ケアラザ ☎975-0200	ご家族の介護をしている方や経験した方同士が交流するための場です。悩みや困りごとを共有しませんか。温かい雰囲気で開催しています。初めての方も大歓迎です♪
介護者のつどい	第4(木) 13:30～15:00	鴨志田地域ケアラザ ☎961-6911	日頃の困りごとや悩みなどをお話ししませんか？つどい中の出入りは自由、1回のみでの参加でもOKです。
介護者のつどい	年6回 14:00～15:30	ピオラ市ケ尾地域ケアラザ ☎308-7081	毎回違うテーマでミニ講座と交流会を開催しています。ハイブリッド形式です。参加費無料。Zoom参加ご希望の方はこちらのQR画面からお申し込みください。 
介護者のつどい	奇数月第3(月) 10:00～11:30	青葉台地域ケアラザ ☎988-0222	毎回、介護保険、食生活、健康管理、高齢者施設情報、自費サービスなど、盛りだくさんのテーマで開催します。お気軽にお申込み下さい。お待ちしております！
介護者のつどい	偶数月 14:00～15:30	恩田地域ケアラザ ☎988-2010	介護をしている方、介護経験のある方、今後に備えて勉強したい方…参加者みんなで作る、情報交換・交流の場です。お気軽にご参加ください。
恩田地区社協 さわやか会	第2(火) 13:30～15:30	若草台地区センター(若草台20-5)☎988-2010(恩田地域ケアラザ)	素敵な作品づくり、脳トレ、お喋り、体操… 介護や暮らしの困りごとの語り合いや相談(無料)、一芸披露もできます。ご家族でもぜひどうぞ。
介護者のつどい	奇数月第4(木) 13:30～15:30	たまプラーザ地域ケアラザ ☎910-5211	介護で、こんな時どうしたら？など、同じ悩みを持つ方々で話し合えて、ほっとしてもらいたい。そんな場所です。少人数での会になっています。
介護者のつどい ケアラズカフェ	年6回 14:00～15:30 (内2回夜間)	すすき野地域ケアラザ ☎909-0071	皆さんの悩みや不安を共有できる場です。日中開催の回ではアドバイザーの方もトークに入り悩みにお答えして頂きます。Zoom参加OK!
とまり木カフェ	第2(土) 10:30～12:00 ⓪8月	NPO法人スペースナ (あざみ野1-21-11) ☎482-6717	家族介護者のための情報交換と息抜きのためのサロンです。訪問看護師の個別相談(13時～15時 予約制2組まで)も別枠であります。参加費500円(飲み物付き)
介護者サポート 「ほっと青葉」 定例会	第4(火) 13:00～15:00 12月は第3(火) (6・12月は要申込)	「ふれあい青葉」2階 (市ケ尾町1169-22) ☎取次 972-8836(第1・4火 13:00～15:00)	住み慣れた地域で介護者が一人ひとりで抱え込まずにすおように、介護に関心のある方と一緒に介護について学び、少しでも“ほっと”できるように情報交換しています。 男性介護者の会：6月20日/1月20日 ※HPで確認可