

八王子の家族介護者の会 &
認知症カフェリスト **プチ** 情報



令和4年10月
八王子ケアラースカフェわたぼうし

家族会（介護経験者による自主運営の会）

※ 家族介護者の会&認知症カフェリストの番号と一致しています

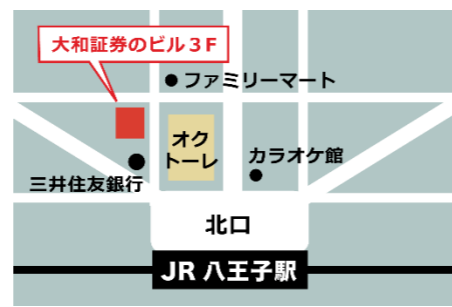
1. 八王子らむねっと

（日時） 毎月第4火曜日 13:00~15:00
※ コロナ禍では変更の時もあります

（場所） 高齢者あんしん相談センター旭町3階

（お問合せ） 金野 042(626)6778

■ 「八王子らむねっと」は、認知症に限らず、どんなご家の方でも、介護される方も、介護している方々も、ともに話し合い、ともに泣いて、ともに理解し、ともに笑う、そんなホツとする時間を共有できる場でありたいです。



行き方: JR八王子駅北口より八王子スクエアビルに向かって歩くと並びの比留間ビル3階

2. おれんじカフェごちゃませ

（日時） 毎月第2土曜日 13:30~15:00

（場所） 現在はオンライン(Zoom)開催

（お問合せ） 高齢者あんしん相談センターめじろ

042(669)3070

■ 笑っておしゃべりしませんか!! ミニ勉強会、かるたや絵カードを通して楽しく認知症についても学びたいと思います!! いつまでも美味しく安全に食べられるようにお口の体操や笑いヨガなども取り入れていきます。お誘い合わせてご参加ください。



3. 認知症家族介護者の会《ひだまり》

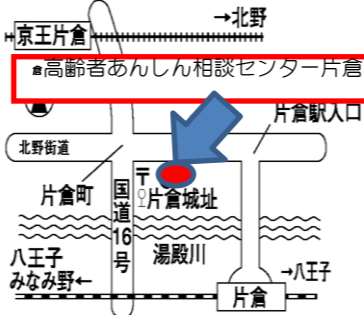
（日時） 毎月第4金曜日 13:30~15:30

（場所） 高齢者あんしん相談センター片倉“相談室”

（参加費） 無料

（お問合せ） 代表: 金田 090-3804-9263
高齢者あんしん相談センター片倉
担当 竹本・森 042(632)6331

■ 認知症のご家族を介護されている方、介護されていた方、これから介護が始まる方、介護に関心のある方一緒にお話しませんか? 介護経験者や専門職からアドバイスを受けたり、相談もできます。お気軽にお越しください。



八王子の
家族介護者の会・認知症カフェ
高齢者あんしん相談センター
マップ

令和4年10月現在



八王子ケアラズ☕カフェ

わたぼうし

八王子市認知症家族サロン

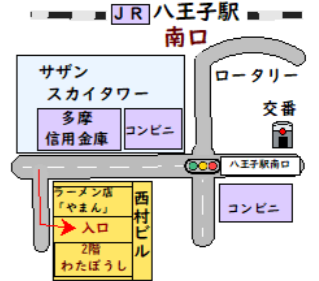
さりげなく あなたのそばに わたぼうし

認知症のこと、介護のこと、生活の不安について話したい、人とつながりたい方など...
どうぞお気軽にお越しください。



出典: DCM(認知症ケアマップ)第8版:「理念と実践」より
(ブラッドフォード大学認知症ケア研究グループ出版、
認知症介護研究研修大府センター日本語版編集)

〈営業日・時間〉
火曜日~土曜日10時~16時
※ 祝日・日・月はお休みです。
電話相談も受け付けています
042(686)2779



3. 「おはぎcafé」

(日時) 隔月1回 第3土曜日 10:00~11:00
 長房圏域(長房町・並木町・城山手)の方のみ
(場所) コピオ長房コピテラス
 長房町340-12 コピオ長房 1階
(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター 長房
 042(629)2530



■ おはぎcaféは認知症当事者と家族介護者と支援者が交流できる認知症カフェです。認知症サポーターの方(地域のボランティアの皆様)・商業施設・地域密着型サービスのお力をお借りして開催しています。現在は、長房圏域の方のみに限定させていただいております。

4. もとはちカフェ

(日時) 毎月第2土曜日、第3土曜日、第4土曜日に下記の会場で開催しています。



第2土曜 13:30~15:30	第3土曜 13:30~15:30	第4土曜 13:30~15:30
高齢者あんしん相談センター もとはち南  元八王子町2-1964-2 宮崎ビル101 電話:042-673-6241	小規模多機能 快杜  元八王子町2-1162-1 電話:042-664-1804	ケアセンター 桜並木  元八王子町2-1299-1 電話:042-673-3381

※ 開催場所で取り組みを工夫しているので開催内容の詳細は各会場へお問い合わせください。

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター もとはち南
 042(673)6241

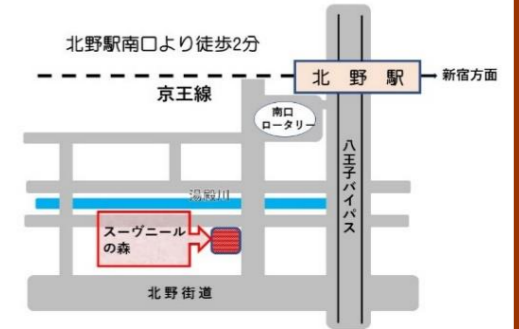
■ 認知症に関心のある方、どなたでも参加ができます。参加者のお名前の確認などは特にお尋ねすることはありません。ご相談も随時受け付けております。

コロナ感染症のため第4土曜日は休止中
 再開についてはお問合せ下さい



4. 介護家族の会「青い空」

(日時) 各月第1水曜日
(場所) 偶数月 13:00~15:00 奇数月 14:00~16:00
 北野南部会館2階 地域サロン
 八王子市北野台5-48-1 「スーヴニールの森」 八王子市打越町2013-1
(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター長沼 042(648)4340



■ 「青い空」は介護の仲間が集う場所。介護する私たちが、共に元気になりましょう。支援センターのアドバイスも受けられます。

家族介護者の会(高齢者あんしん相談センターや法人による運営)

1. 家族のための介護者交流会

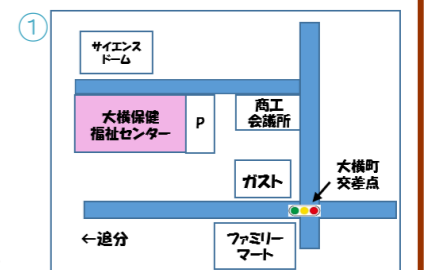
(日時) 毎月1回 月の下旬の火曜日か木曜日
 14:00~15:30
(場所) 八王子市中央図書館 3階 第2会議室
(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター追分 042(686)1713



■ 介護が始まったばかりの方、介護の大先輩、専門職など参加者が、ざっくばらんに安心してお話ができる場となっています。介護関係の情報誌や本の貸出しなども行っています。みなさまのご参加をお待ちしております。

2. みんなのおしゃべりひろば

(日時) ① 偶数月の第4月曜日 14:00~15:30
 ② 奇数月の第4月曜日 14:00~15:30
(場所) ① 大横保健福祉センター 八王子市大横町11-35
 ② 信松院 八王子市台町3-18-28
(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター大横
 042(634)8666



■ 認知症の家族介護者の方同士の交流の場です。経験者、もしかしたら今後経験するかもしれない方も歓迎。みんなでおしゃべりしませんか?お近くの会場を選んでご参加ください。

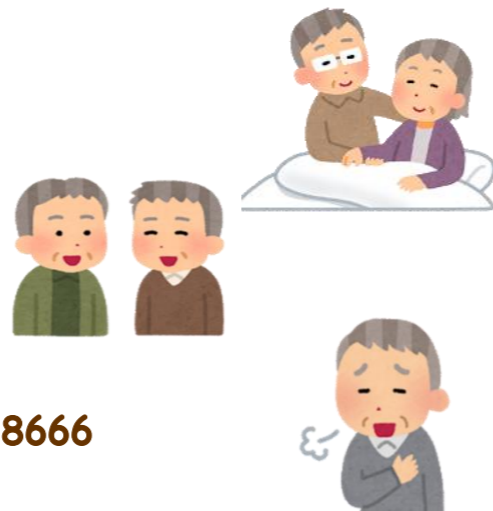


3. 妻を介護する夫のつどい

(日時) 2か月に1回ほど 10:30~11:30

(場所) お問い合わせ下さい

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター大横
042(634)8666



■ 「介護は女性がするもの」というのは昔の話。
「夫」だからこそその悩みや思いをお互いに語り合える場所です。

4. 家族介護者のつどい

(日時) 2ヶ月に1度 最終火曜日 13:30~15:00

(場所) ケアラーズカフェわたぼうし

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター子安 042(649)6020



■ 介護についてお話してみませんか。認知症サポーターのフォローアップ講座を受講した介護の先輩と一緒に参加しています。語り合うことで解決の糸口が見えてきたり、新たな気づきを得られるかも…。お菓子とお飲み物でちょっと一息しませんか。少人数でやっていますので、じっくりとお話ができますよ。

5. ふくろうカフェ

(日時) 毎月第4金曜日 13:30~15:00
(祝祭日はお休み)

(場所) 都営中野団地 第2集会所

八王子市中野山王3丁目アパート15-1号棟北
※ 事前に包括中野にご連絡の上ご予約をお願いしております。

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター中野
042(620)0860



■ 「愚痴をこぼしたい」「誰かに話を聞いてもらいたい」「介護の情報を得たい」そんなことはありませんか？まずはお気軽にお立ち寄りください！

19. 認知症家族介護者の集い

(日時) 奇数月 第4土曜日 13:30~15:00

(場所) 由木東市民センター 和室

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター由木東
八王子市鹿島111-1 由木東事務所内 042(689)6070



■ 『認知症家族介護者の集い』は、認知症のご家族を介護している人どうしがつながる場です。介護経験者と専門職も参加しますので、日々の生活のこと介護の悩みなど、おひとりで抱え込まず一緒に考えていきませんか。

認知症カフェ(高齢者あんしん相談センターや法人による運営)

1. おれんじプラス

(日時) 毎週木曜日 10:00~11:30開催
(祝日は除きます)

(場所) まちの駅八王子CHITOSEYA
(八王子夢美術館前) 八日町3-15

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター旭町
042(648)8331

■ 認知症に関心のある方、認知症が心配な方はいらっしゃいませんか？認知症に関して参加者の皆さんで理解を深めていく、どなたでも参加できる情報交換の場です。当事者の方の参加も大歓迎です。是非、気軽な気持ちでお立ち寄りください。お茶代として200円頂きます。



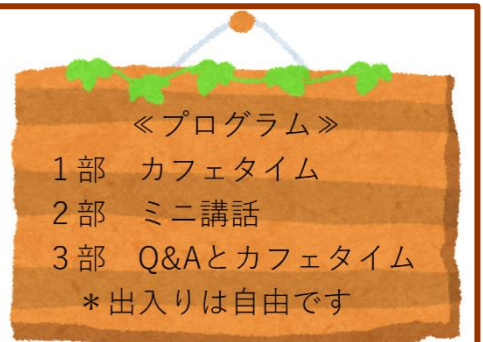
2. おいわけカフェ

(日時) 2か月に1回 (詳細はお問合せ下さい)

(場所) 高齢者あんしん相談センター追分
追分町7-17・1階

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター追分
042(686)1713

■ 元喫茶店のマスターが入れるおいしいコーヒーを飲みながら、楽しくお話しませんか。認知症に関する資料や本などの情報コーナーもあります。ぜひお気軽に、お立ち寄りください。



16. 認知症介護者家族会

(日時) 毎月第2土曜日 14:00~15:30

(場所) クリエイト薬局八王子堀之内店

堀之内2-10-29

(お問合せ) クリエイト薬局薬剤師:原 042(677)8891

高齢者あんしん相談センター堀之内

042(679)1114

■ 『認知症専門の薬剤師が主催しています。介護・福祉の専門職も参加し、様々なご相談に対応しています。お気軽にお問い合わせください。』



6. 介護のことまなび倶楽部

※ 定員10名程・事前の申し込みをお願いいたします

(日時) 奇数月、第2火曜日 10:00~11:30

(場所) はちまるサポート石川

(石川町481番地石川事務所2階)

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター石川 042(631)0071

■ 参加費200円で、地域のボランティアさんが淹れてくださる美味しいコーヒー等飲み放題サービス付きです。介護に関する知識を得ながら、介護者同士の交流の場になればいいなと思っています。



17. 認知症の家族介護者の会

(日時) 毎月第4金曜日 (祝日の場合変更あり)

13:30~15:00

(場所) コミュニティサロン プレジール

上柚木2-2-4 プレジール南大沢1F

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター堀之内 042(679)1114

■ 認知症の診断を受けた方や心配のある方を介護されているご家族の皆さまと一緒に日常のお困りごとや悩みなどを話し合う集まりです。介護の体験者や認知症専門薬剤師、認知症対応テイサービス管理者等の専門職も参加します。お気軽にお立ち寄りください。



7. 男性介護者の会(メンケア)

※ 定員10名程・事前の申し込みをお願いいたします

(日時) 偶数月、第2土曜日 10:00~11:30

(場所) はちまるサポート石川

(石川町481番地石川事務所2階)

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター石川 042(631)0071

■ 男性同士だからこそ分かり合える、困りごとや悩みをわかちあいませんか？参加される皆様のご要望に沿った、介護や健康などに関する知識やスキルを、テーマごとにお招きする講師の方に分かりやすく解説していただきます。毎回、多くの男性介護者の方にご参加いただいています。



18. 家族介護者の会

(日時) 2か月に1回(偶数月) 第2水曜日 14:30~16:00

(場所) 南大沢市民センター

(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター南大沢 042(678)1880

■ 日頃抱えている悩みを共有し、情報交換・介護の相談などを行います。「一人じゃない」「仲間がいる」そんなホッとできる場所を目指しています。

8. 認知症の家族介護者の会「カーネーション」

(日時) 毎月第2月曜日 13:30~15:00

※祝日の場合は第3月曜日

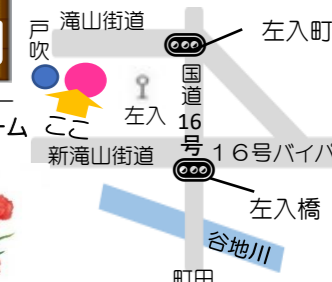
(場所) 高齢者あんしん相談センター左入2階会議室

八王子市左入町372-4

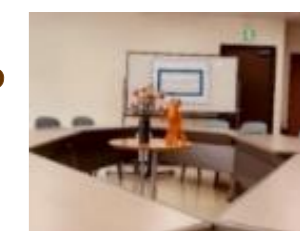
(お問合せ) 高齢者あんしん相談センター左入

042(692)3211

■ 家族会「カーネーション」は、認知症の方を介護されているご家族同士の交流の場です。困りごとを相談したり、お互いにアドバイスしあったり、気兼ねなくおしゃべりをして、息抜きをしませんか？参加している皆さんが希望するテーマに応じて、ゲスト(講師)をお呼びして、学びを深める機会もあります。自由でアットホームな会です。お気軽にどうぞお越しください！



バスでお越しの場合純心女子学園行「左入」バス下車徒歩2分



9. ふれあいの会「認知症の方を支える家族の会」

(日時) 毎月第4月曜日 13:30~15:30
 (場所) 東浅川保健福祉センター4階 集会室
 東浅川町551-1
 (参加費) 無料
 (お問合せ) 高齢者あんしん相談センター高尾
 042(668)2288



■ 昭和59年に認知症の講演会に参加した家族が中心となって始まった会で、今年で38年目を迎えます。東浅川保健福祉センターの会場をお借りして、自主的な運営を続けています。月に1回同じ悩みを抱えた家族が集まり、介護の苦労を分かち合い、ストレスを発散し、少しでも気持ちよく介護ができるよう、皆で支えあっていく会です。お気軽にお越しください。

10. 認知症家族の会「グリーンピース」

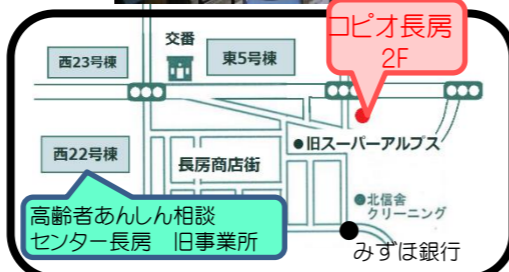
(日時) 2ヶ月に1回 (偶数月)午後
 ※ リモート開催も適宜
 (場所) 横山南市民センターなど
 (お問合せ) 高齢者あんしん相談センター館
 042(673)6425



■ 悩みを受け止めてくれる仲間がいます。専門職スタッフもあり、相談もできます。参加しやすいように曜日を固定しておりません。気軽にお問い合わせ下さい。いつでもお待ちしております。

11. 認知症家族介護者・支援者交流会

(日時) 2か月に1回 10:00~11:30
 (場所) 長房町340-12 コピオ長房2F
 (お問合せ) 高齢者あんしん相談センター長房
 042(629)2530

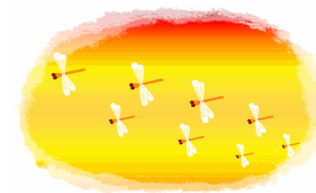


■ 認知症当事者、家族、介護者だけでなく支援者の方もご参加いただけます。認知症関連の知識が得られる会です。

JR西八王子駅北口より西東京バス利用「長房団地」または「城山手」行バス「児童館前」下車徒歩約3分
 または「長房センター」下車徒歩約2分

12. 家族介護者教室「夕やけ小やけ」

(日時) 2か月に1回(奇数月) ※リモート開催も適宜
 (場所) めじろ台第一会館 八王子市めじろ台4-12-1
 (お問合せ) 高齢者あんしん相談センターめじろ 042(669)3070



■ テーマごとに講師をお招きし、学びを深める機会や交流会を通し情報交換や息抜きする場としてご利用いただいております。実際に介護をされている方だけでなく、これから介護が始まる方や介護に関心がある方など、様々な方にご参加いただいております。お気軽にお問い合わせください。

14. みんなのかぞく会

(対象) 地域の方々(どなたでも参加できます)
 ※ 事前申込制
 (日時) 毎月第2金曜日 14:00~16:00
 (場所) 元八王子市民センター2階会議室
 (お問合せ) 高齢者あんしん相談センター元八王子
 八王子市大楽寺町419-1 元八事務所内 042(623)1021



■ ご家庭で介護している方が、不安や悩みを話したり、ご自身の介護経験を語る場です。「日頃の困りごとを聞いてほしい。」「ほかの方の経験を参考にしたい。」「認知症のことをもっと知りたい。」「今の気持ちを聞いてほしい。」「仲間が欲しい。」「介護について知りたい。」などお気軽に情報交換の場としてご利用ください。

15. MALECADEの憩いの会(男性介護者の会)

(日時) 毎月第2土曜日 10:30~11:30
 (場所) 高齢者あんしん相談センターもとはち南
 元八王子町2-1964-2 宮崎ビル101
 (お問合せ) 高齢者あんしん相談センターもとはち南
 042(673)6241



■ 介護に悪戦苦闘している方、どういう風に対応したらいいのか迷っている方、すでに介護は終えたけど同じ経験をされた方など…気軽に相談したり改めて学びあったりしてみませんか？お気軽にお越しください。