



# わたぼうし

八王子市認知症家族サロン

さいげなく 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。

すべての人にささげる

## 運営10箇条

1. 安心して過ごせる
2. 思いを吐き出せる
3. いつでも相談できる
4. 希望を伝えられる
5. 暮らし方を見つけられる
6. 認知症への理解が深められる
7. 立場を超えて平場で出会える
8. その経験が誰かを支える
9. ともに学べる
10. 世代をこえてつながれる

## 認知症カフェとは？

認知症についてこれからどうなるのか不安になった時、認知症について語り合うことができる場です。楽しく過ごすための工夫や、不安な気持ちを話すこともできます。認知症のある人、ご家族、専門職、認知症に関心のある人みんなでつくる、誰でも参加できる場です。

## 家族会とは？

家族介護者、介護を終えた人、これから介護を担う可能性のある人も、落ち着ける空間でつどい、今の気持ちを分かち合うことができます。体験を語ることや体験を聴くことで、新たな気づきを得て、気持ちが軽くなることが期待されます。



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

