

介護・認知症 おしゃべりカフェ

カフェに出かけて
話ませんか？

オレンジ

参加されている皆さんの声

認知症の介護を経験した人でないとわかってもらえないことも多いと思います。日ごろの思いを話すとスッキリ！また、新たな思いで頑張れます\(^o^)/

とても楽しく、毎月楽しみにしています。

落ち込んでいても、話をして楽になり帰れます。自分の知らないことを教えてもらい役に立っています。

和気あいあいとしており癒しの場所です。

「他人に話すのはちょっと…」と置いていましたが、思い切って行ってみると皆さん親身になって話を聞いてくれ、一緒に泣いてくれました。一人で悩み疲れる前にぜひいらしてください。一緒に悩んで泣きましょう！

介護や認知症の知識を持ったスタッフが相談をお聞きします。個人情報不漏らすことは決してありません。安心してご参加ください。

- | | | |
|-------------------------|-----------|----------|
| 第1 金曜日 | きたっせ（山寺区） | 10時～11時半 |
| 第2 木曜日 | 長谷 溝友館 | 9時半～11時半 |
| 第2 金曜日 | 高遠町保健センター | 10時～11時半 |
| ※高遠町保健センターは家族の方中心のカフェです | | |
| 第4 水曜日 | 西箕輪ぬくもり館 | 10時～11時半 |

- ★参加費 200円をお持ちください。
- ★祝祭日の都合で日程が変更になることがあります。詳しい日程は裏面をご覧ください。

☆おしゃべりカフェ「オレンジ」に関するお問い合わせは、伊那市役所福祉相談課へ
電話 78-4111（内線2353）

主催 キャラバンメイトの有志、ケアマネの有志、介護者の集いの元メンバー他
共催 伊那市

第1金	第2木	第2金	第4水
きたっせ	長谷 溝友館	高遠町 保健センター	西箕輪 ぬくもり館
10時～ 11時30分	9時30分～ 11時30分	10時～ 11時30分	10時～ 11時30分
4月3日	4月9日	4月10日	4月22日
5月1日	5月14日	5月8日	5月27日
6月5日	6月11日	6月12日	6月24日
7月3日	7月9日	7月10日	7月22日
8月7日	<u>8月20日</u>	<u>8月21日</u>	8月26日
9月4日	9月10日	9月11日	<u>9月30日</u>
10月2日	10月8日	10月9日	10月28日
11月6日	11月12日	11月13日	11月25日
12月4日	12月10日	12月11日	12月23日
<u>1月8日</u>	1月14日	1月15日	1月27日
2月5日	<u>2月18日</u>	2月12日	2月24日
3月5日	3月11日	3月12日	3月24日

★下線日程は祝祭日等により変更した日