

カフェに  
出かけて  
話ませんか？

介護・認知症 おしゃべりカフェ

# 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も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…」と思っていましたが、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。個人情報をもつた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                        | やますそ（高遠町） | 10時～11時半 |
| ※やますそ会場は <u>家族の方中心のカフェ</u> です |           |          |
| 第4 火曜日                        | 北和田会所（富県） | 9時半～11時半 |
| 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

| 令和7年度オレンジカフェ日程表 |                  |                   |                  |                |
|-----------------|------------------|-------------------|------------------|----------------|
| 第1金             | 第2木              | 第2金               | 第4火              | 第4水            |
| きたっせ            | 長谷<br>溝友館        | 高遠<br>やますそ        | 富県<br>北和田会所      | 西箕輪<br>ぬくもり館   |
| 10時～<br>11時30分  | 9時30分～<br>11時30分 | 10時00分～<br>11時30分 | 9時30分～<br>11時30分 | 10時～<br>11時30分 |
| 4月4日            | 4月10日            | 4月11日             | 4月22日            | 4月23日          |
| 5月2日            | 5月8日             | 5月9日              | 5月27日            | 5月28日          |
| 6月6日            | 6月12日            | 6月13日             | 6月24日            | 6月25日          |
| 7月4日            | 7月10日            | 7月11日             | 7月22日            | 7月23日          |
| 8月1日            | <u>8月7日</u>      | 8月8日              | 8月26日            | 8月27日          |
| 9月5日            | 9月11日            | 9月12日             | <u>9月30日</u>     | 9月24日          |
| 10月3日           | 10月9日            | 10月10日            | 10月28日           | 10月22日         |
| 11月7日           | 11月13日           | 11月14日            | 11月25日           | 11月26日         |
| 12月5日           | 12月11日           | 12月12日            | 12月23日           | 12月24日         |
| <u>1月9日</u>     | 1月8日             | 1月9日              | 1月27日            | 1月28日          |
| 2月6日            | 2月12日            | 2月13日             | 2月24日            | 2月25日          |
| 3月6日            | 3月12日            | 3月13日             | 3月24日            | 3月25日          |

★下線日程は祝祭日等により変更した日