

～ 認知症について語ろう ～

# ひとさやかカフェ

認知症のことを話したり、介護の大変さをこぼしたりしながら、お茶を飲みほっと一息つきませんか。

好きな時間にお立ち寄り頂き、好きな時間に帰ることができます。



## 当日のながれ

13:30

お茶飲み



14:00

お話し会  
ハンドマッサージ



14:30

お茶飲み

15:00

## ひとさやかカフェは…

豆の“さや”に入るほどの少ない人数が集まり、ひとときだけでも心が軽くなるよう、介護や認知症について語り合うカフェスペースです。

## カフェの約束事



- 相手の話を批判しません。
- お互いの秘密は守りましょう。
- 発言は自由です。  
お話を聞くだけでも良いです。

## カフェの様子





スタッフが個別の相談にも応じます



1階多目的ホールで開催します



 日時：年4回 3ヶ月に1回（第1または2金曜日）13:30～15:00

 場所：保健福祉センター 1階多目的ホール

【お問い合わせ】  
地域包括支援センター（保健福祉センター内） Tel 32-2000

茶菓代として  
100円  
かかります