



# ほっとカフェ 1号店

(認知症カフェ) @ シティコート二子玉川  
～認知症の方やそのご家族、地域の方が

“ほっと”できる場所～

「ほっとカフェ」は、認知症の方やご家族、認知症に関心のある方など、どなたでも参加できる集いの場です。

- ・もの忘れがあっても、一緒に身体を動かしたり、おしゃべりを楽しんだりすることができます。
- ・同じ立場にあるひと同士、悩みごとの共有や、情報交換をすることができます。
- ・みんなで一緒に認知症について緩やかに学ぶことができます。
- ・医療や福祉の専門スタッフに、もの忘れや生活、介護についての悩みや困りごとを相談することができます。

## ボランティア募集中！！

「認知症になっても安心して、自分らしく暮らせるまち」を作るために一緒に考えたり、活動をしたりしませんか？  
どなたでも参加できます。ご連絡お待ちしております！！

令和6年度  
年間スケジュール



開催日：

毎月 第1金曜日

時間：10：00～11：30

場所：シティコート二子玉川

集会室（玉川4-13-5号棟）

参加費： 無料

\* お飲み物は持参。

\* 近く（FamilyMart）

で購入も可能です。

申し込み： 不要

お問い合わせ：

二子玉川あんしんすこやかセンター

世田谷区玉川 4-4-5 2階

TEL：03-5797-5516

担当：市川・湯本