

# 世田谷区

## 介護者の会・家族会 一覧

令和3年12月現在の情報です。

開催日程・会場・会費等は  
変更する場合がありますので  
事前にお問い合わせください。

参加を迷ったら、  
お気軽に  
ご連絡ください。



ご家族の方なら  
どなたでも  
参加できます。

- 介護をしている方！
- これから介護をする方！
- 介護経験者の方！



介護をしている方が  
情報交換をしたり、  
悩みや不安を話したり  
することができる場です。

いろいろな  
つながりを作って  
いきましょう！



ご参加  
ください



こんな  
場所



発行元 世田谷区 高齢福祉部 介護予防・地域支援課

問合せ先 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター  
TEL.03-6379-4315 FAX.03-6379-4316  
<https://setagaya-ninsapo.jp>



[運営委託法人] 医療法人社団プラタナス 桜新町アーバンクリニック

世田谷区  
令和3年12月



# 世田谷区 介護者の会&家族会 会場マップ

烏山地域

北沢地域



## 記号の見方

このパンフレットでは、それぞれの会の基本情報、  
ならびにイチオシポイントを記号で紹介しています。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限などの対策をしている場合がございます。  
参加をご希望の際は、お問合せください。

基本情報 連絡先 Eメール 会場/所在地 開催日時

### イチオシポイント



コーヒーやお菓子の提供あり



ミニ講座あり、学べる



アットホームでゆったりしている



おしゃべり、語り合い



男性介護者の参加あり



専門職と話せる



息抜きのレクリエーションあり



認知症カフェと同時開催



認知症について相談できる

世田谷地域

世田谷地域

### あ 世田谷地域 認知症高齢者の家族の会

介護しているご家族同士で  
日頃の思いを話せる会です。  
お気軽にご参加ください。

世田谷総合支所保健福祉センター  
保健福祉課地域支援担当  
**03-5432-2855**

太子堂2-16-7  
三茶しゃれなあどホール 5階  
スワン・ビーナス他

奇数月  
(午後1時30分～3時30分)

日程・会場等は  
事前にお問合せ  
ください。



### 1 池尻おしゃべりカフェ

たくさん話して気分転換!介護中  
の方も、今後に備えて介護につい  
て知りたい方も大歓迎です。

池尻あんしんすこやかセンター  
**03-5433-2512**

池尻3-27-21  
池尻まちづくりセンター 3階

月1回  
第4木曜日  
(午後2時～3時)



## 2 シュガータイム

介護している中で「こんな時どうしてる?」という疑問や近況など気軽に話しています。

☎ 若林あんしんすこやかセンター  
**03-5431-3527**

🏠 若林1-34-2  
若林まちづくりセンター 3階  
活動フロアー

🕒 **月1回**  
第3金曜日  
(午後1時30分～2時30分)



## 3 上町介護者交流会

同じ思いの方とお話してみませんか。話すことで心が楽になるヒントが見つかるかもしれません。

☎ 上町あんしんすこやかセンター  
**03-5450-3481**

🏠 世田谷1-23-5  
上町まちづくりセンター内  
上町あんしんすこやかセンター  
相談室

🕒 **偶数月**  
第3火曜日  
(午前10時30分～12時)



## 6 経堂 介護者のつどい

介護者という立場を共感できる仲間が待っています。ぜひ一度足を運んでください。

☎ 経堂あんしんすこやかセンター  
**03-5451-5580**

🏠 経堂5-21-6  
経堂南地区会館1階 会議室

🕒 **奇数月**  
第4木曜日  
(午後1時30分～4時)

場所変動あり。  
事前にお問合せ  
ください。



## 7 サロン如(きさらぎ)

介護の日常から離れて一息つきませんか?身近な話題もいっぱいです。

☎ **03-3420-8444** **担当 石上**

🏠 宮坂1-44-29  
経堂出張所内  
経堂まちづくりセンター  
活動フロアー

🕒 **月1回**  
第1金曜日  
(午後1時30分～3時)



## 4 男の介護を語る会

男性介護者の悩みや体験談など、男同士で語り合しましょう。お気軽にご参加ください。

☎ 上町あんしんすこやかセンター  
**03-5450-3481**

🏠 世田谷1-23-5  
上町まちづくりセンター  
3階または4階 活動フロアー

🕒 **奇数月**  
第2土曜日  
(午後2時～3時30分)



## 5 ケアラーズカフェ KIMAMA

日頃の想いや悩みを語れる場。お茶とケーキを楽しみながらの気分転換はいかがですか?

☎ **03-3439-1650** **担当 岩瀬**

🏠 桜丘5-15-11  
岩瀬宅

🕒 **月1回(8月除く)**  
第3木曜日  
(午後1時～4時)



## 8 橙会(だいだいかい)

介護の体験や思いを語り合い、知恵や元気をもらいましょう。ぜひ足をお運びください。

☎ 下馬あんしんすこやかセンター  
**03-3422-7218**

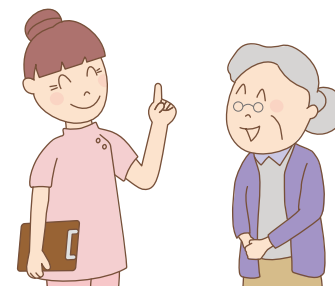
🏠 地域の喫茶店など

🕒 **不定期**

日程・会場等は  
事前にお問合せ  
ください。



メモ



## 北沢地域 認知症高齢者の家族の会

日頃の思いを語り合い、介護のヒントと安心感を得られる場としてご活用ください。

☎ 北沢総合支所保健福祉センター  
保健福祉課地域支援担当

**03-6804-8701**

🏠 北沢2-8-18  
北沢タウンホール内  
北沢総合支所 10階 会議室

🕒 **偶数月**

第4月曜日(変更あり)  
(午後1時30分～3時30分)

日程・会場等は事前にお問合せください。



## 9 梅丘介護者の会

介護にまつわる悩みや想いを話してみませんか?一息付ける場としてお待ちしております。

☎ 梅丘あんしんすこやかセンター  
**03-5426-1957**

🏠 梅丘1-61-16  
梅丘まちづくりセンター  
地下1階 活動フロア

🕒 **奇数月**

最終木曜日  
(午後2時～3時30分)



## 12 認知症家族の会・ 翠(みどり)の会

在宅医療・終末医療の大井玄先生と共に「より良い介護」を目指しています。いつでも相談ください。

☎ 翠の会  
**090-9157-5708 (秋定)**  
**03-3428-1623 (山中)**

🏠 赤堤1-23-7  
(有) 鹿樹プランニング内

🏠 松原6-41-7  
総合福祉センター後利用施設

🕒 **年に4～6回**  
金曜日(午後1時30分～3時30分)

日程・会場等は事前にお問合せください。



## 13 お茶とせんべい

体験したこと、今していることを、ゆったりした気分でお話ませんか。

☎ 松原あんしんすこやかセンター  
**03-3323-2511**

🏠 松原2-28-21  
松原あんしんすこやかセンター  
相談室

🕒 **奇数月**

第4水曜日  
(午後1時30分～3時30分)  
時間内の出入り自由です

事前にお問合せください。



## 10 代沢せせらぎ会

認知症の方の介護者の会です。お茶を飲みながら、おしゃべりや情報交換をしています。

☎ 代沢あんしんすこやかセンター  
**03-5432-0533**

🏠 代沢5-1-15  
代沢まちづくりセンター  
活動フロア

🕒 **偶数月(8月除く)**

第3水曜日  
(午前10時～11時30分)



## 11 介護者のつどい

介護の悩みやサービスの情報などについてお話をしています。お気軽にご参加ください。

☎ 新代田あんしんすこやかセンター  
**03-5355-3402**

🏠 羽根木1-6-14  
新代田まちづくりセンター 2階  
活動フロア

🕒 **月1回**

第2火曜日  
(午後2時～3時30分)



## 14 松沢 介護者のつどい

同じ介護に携わる仲間と気軽に語り合しましょう。

☎ 松沢あんしんすこやかセンター  
**03-3325-2352**

🏠 赤堤5-31-5  
松沢まちづくりセンター内  
喫茶YOU・遊  
3階 活動フロア他

🕒 **第5火曜日のある月**

(午前10時～11時30分)  
※開催場所により変更有



## 15 キラリ★会

テーマは予防未病改善。レビー小体型や若年性認知症を中心とした、希望がひろがる語り場です。

☎ **080-3270-1184** **担当 金子**

✉ kaneko153@gmail.com

🏠 桜上水1-5-3  
金子宅リビング

🕒 **月1回**

第3土曜日(午後2時～3時)  
※感染症の状況によっては、オンラインでの実施に切り替えています。



## 玉川地域 認知症高齢者の家族の会

介護者、介護経験者、専門職員がおしゃべりをする中から、介護のヒントや安心が生まれます。

☎ 玉川総合支所保健福祉センター  
保健福祉課地域支援担当  
**03-3702-1894**

🏠 等々力3-4-1  
玉川総合支所 玉川区民会館  
(玉川せせらぎホール) 4階  
第1集会室

🕒 **奇数月**  
第3金曜日 令和4年5月と11月は  
第2金曜日  
(午後1時30分～2時30分)

日程・会場等は  
事前にお問合せ  
ください。

要予約



## 16 奥沢 家族交流会

介護について悩んでいませんか？  
仲間と意見を分かち合しましょう。

☎ 奥沢あんしんすこやかセンター  
**03-6421-9131**

🏠 奥沢3-15-7  
奥沢まちづくりセンター 2階  
活動フロア

🕒 **月1回**  
第3火曜日  
(午後1時30分～3時)



## 19 一息会

日頃の思いを持ち寄り、お茶を  
飲みながら“一息”について頂く場  
です。お気軽にご参加ください。

☎ 上野毛あんしんすこやかセンター  
**03-3703-8956**

🏠 中町2-33-11  
上野毛まちづくりセンター内  
上野毛あんしんすこやかセンター

🕒 **偶数月**  
第2木曜日  
(午後1時30分～3時30分)

事前にお問合せ  
ください。



## 20 上野毛ケアメンの会

親や配偶者の介護、男性なら  
ではの苦労や悩み等、話し合う  
ことで分かり合える、楽になる。

☎ 上野毛あんしんすこやかセンター  
**03-3703-8956**

🏠 中町2-33-11  
上野毛まちづくりセンター内  
上野毛あんしんすこやかセンター

🕒 **令和4年3月18日  
令和4年7月15日  
令和4年11月18日**  
(午後1時30分～3時30分)

開催日前日までに  
ご連絡ください。



## 17 認知症介護者の おしゃべり会(九品仏)

家族の介護をするつらさ・悲し  
さを感じているなら、その思い  
を話しに来ませんか？

☎ **080-6620-6662** 担当  
西澤

🏠 奥沢7-35-4  
九品仏まちづくりセンター  
活動フロア

🕒 **月1回**  
第4月曜日  
(午後1時30分～3時30分)



## 18 認知症介護者の おしゃべり会(等々力)

家族の介護をするつらさ・悲し  
さを感じているなら、その思い  
を話しに来ませんか？

☎ **080-6620-6662** 担当  
西澤

🏠 等々力5-19-11  
デイホーム等々力 2階

🕒 **月1回**  
第2火曜日  
(午後1時30分～3時30分)

要予約



## 21 在宅介護家族の会 「フェロー会」

平成8年発足。介護者が悩み  
を抱え込まないで、情報交換や  
気分転換をしませんか？

☎ **03-3700-0969** 担当  
高橋

🏠 玉川1-15-6  
二子玉川ライズプラザモール  
202  
ロイヤル入居相談室  
二子玉川相談室

🕒 **月1回**  
第3火曜日  
(午後1時～3時30分)

事前にお問合せ  
ください。



## 22 家族のための健康教室

不安や悩みを抱え込まず、一緒に  
分かち合いませんか？

☎ ふくろうクリニック等々力 担当  
**03-5758-3270** 伊藤

🏠 等々力3-5-2  
ヒューリック等々力ビル 3階

🕒 **月1回**  
第3金曜日(午後2時～3時)  
※感染症の状況によっては、オンライン  
での実施に切り替えています。

ご参加希望の方は、  
お問合せください。



## 23 あばら屋 春夏

ティースプーン一杯の気分転換。話をしてもいい、ぼんやりしてもいい。自分さがしにどーぞ。

☎ 03-3426-2347 **担当**  
安田

🏠 新町2-34-13  
安田宅

🕒 **月1回**

第2火曜日  
(午前10時30分～12時)

※感染症の状況によっては、オンラインでの実施に切り替えています。



## 24 なでしこの会

ケアマネジャー・あんしんすこやかセンター・民生委員の協力で和やかな話し合いの場です。

☎ 03-3439-2134 **担当**  
梅田

🏠 駒沢4-33-12  
深沢まちづくりセンター 2階

🕒 **月1回**

第4水曜日  
(午後1時30分～3時30分)



## 25 介護者の会

少人数で気軽に何でも話せる会です。お一人で悩みを抱え込まず、ぜひお気軽にご参加ください。

☎ 祖師谷あんしんすこやかセンター  
03-3789-4589

🏠 祖師谷4-1-23  
祖師谷まちづくりセンター  
活動フロア

🕒 **年4回(6・9・12・3月)**

(午後2時～3時30分)

開催日程は  
事前にお問合せ  
ください。



## 26 認知症の人を支えるための 家族相談会

精神科や臨床心理士の先生方をアドバイザーとして病院ではゆっくり相談できないことなどを話し合っています。

☎ サロンデイ語らいの家 **担当**  
03-5429-8855 坪井

成城あんしんすこやかセンター  
03-3483-8600

🏠 成城6-3-10  
成城まちづくりセンター  
活動フロア

🕒 **月1回**

第2土曜日(午後2時～4時)



## メモ

## え 砧地域 認知症高齢者の家族の会

日頃の思いを語り合い、介護のヒントと安心感を得られる場としてご活用ください。

☎ 砧総合支所保健福祉センター  
保健福祉課地域支援担当  
03-3482-8193

🏠 成城6-2-1  
成城ホール 4階

🕒 **奇数月**

第2火曜日  
(午後1時30分～3時30分)

日程・会場等は事前  
にお問合せください。



## 27 喜多見介護者の会

日頃の介護の思いを話したり、情報交換したり… 少人数で気軽に参加できる会です。

☎ 喜多見あんしんすこやかセンター  
03-3415-2313

🏠 喜多見5-11-10  
喜多見まちづくりセンター  
活動フロア等

🕒 **偶数月**

第2金曜日  
(午前10時～12時)

事前にお問合せ  
ください。



## 28 ほっとサロン砧

少人数で気軽におしゃべりしています。思いを分かち合い、リフレッシュできる場です。

☎ 砧あんしんすこやかセンター  
03-3416-3217

🏠 砧5-8-18  
砧まちづくりセンター  
活動フロア

🕒 **月1回**

第4火曜日  
(午前10時30分～12時)

第4週以外の場合もあります。  
お問合せください。



## お 烏山地域 認知症高齢者の家族の会

日頃の思いを語り合い、介護のヒントと安心感を得られる場として開催しています。

☎ 烏山総合支所保健福祉センター  
保健福祉課地域支援担当  
**03-3326-6136**

🏠 南烏山6-2-19  
烏山区民センター 3階  
会議室

🕒 **偶数月**  
第4火曜日  
(午前10時～12時)

日時・会場等は事前にお問合せください。



## 29 都立松沢病院 もの忘れ家族教室

認知症に関する医学的情報や社会資源の情報提供を行っています。詳しくはホームページで確認ください。

☎ 都立松沢病院  
社会復帰支援室  
**03-3303-7211**

🏠 上北沢2-1-1  
都立松沢病院  
社会復帰支援室 14番

🕒 **年6回**  
最終週の火曜日  
(午後2時～3時)

オンライン開催 要予約



## 32 上祖師谷 リラックスの会

日頃ご家族の介護をしている皆様の息抜きです。ご参加をお待ちしています。

☎ 上祖師谷あんしんすこやかセンター  
**03-5315-5577**

🏠 上祖師谷2-7-6  
上祖師谷まちづくりセンター  
活動フロア

🕒 **年3回(6・10・2月)**

開催日時は  
お問合せください。



## 33 わいわいおしゃべり会 (レビー小体型認知症介護家族の会)

『今を大切に!』レビーのこと、仲間と一緒に考えながら楽しくおしゃべりしています♪

🏠 東急東横線  
学芸大学駅周辺

担当  
野田  
原口

✉ osbrk2019@yahoo.co.jp

🕒 **月1回**  
最終日曜日(午後)

会場・日時等は  
事前にお問合せ  
ください。



## 30 上北沢介護者の会

少人数で日頃の思いや悩みを語れる場所です。男性介護者も多いです。お気軽にご参加ください。

☎ 上北沢あんしんすこやかセンター  
**03-3306-1511**

🏠 上北沢4-32-9  
上北沢まちづくりセンター  
地下1階 小会議室

🕒 **年3回(5・9・1月)**  
(午前10時～11時30分)

開催日程は事前にお問合せください。



## 31 かたよせ会

平成9年11月に12名で発足し、介護の経験を活かし、地域の皆さんと楽しく活動しています。

☎ **090-5808-1852** 担当  
高山

🏠 上北沢3-26-4  
上北沢ふれあいの家

🕒 **月1回**  
第3木曜日  
(午前10時～午後4時)

時間については  
お問合せください。



## 34 若年性認知症家族会 彩星の会(ほしの会)

定例会はご本人の笑顔がいっぱい。家族は講演会・情報交換会等で交流を深めています。

☎ 若年性認知症家族会 彩星の会  
**03-5919-4185**

🏠 新宿区戸山1-22-2  
新宿区立障害者福祉センター

🕒 **奇数月**  
第4日曜日(午後1時～4時)  
※5月第4日曜日のみ  
新宿御苑にて「新宿御苑散策」



メモ



| 世田谷地域                        |              |           |           |                         |
|------------------------------|--------------|-----------|-----------|-------------------------|
| 名 称                          | 所 在 地        | 電話番号      | FAX番号     | 担当区域                    |
| <b>池 尻</b><br>あんしんすこやかセンター   | 池尻3-27-21    | 5433-2512 | 3418-5261 | 池尻1〜3、<br>池尻4(1〜32番)、三宿 |
| <b>太 子 堂</b><br>あんしんすこやかセンター | 太子堂2-17-1 2階 | 5486-9726 | 5486-9750 | 太子堂、三軒茶屋1               |
| <b>若 林</b><br>あんしんすこやかセンター   | 若林1-34-2     | 5431-3527 | 5431-3528 | 若林、三軒茶屋2                |
| <b>上 町</b><br>あんしんすこやかセンター   | 世田谷1-23-5 2階 | 5450-3481 | 5450-8005 | 世田谷、桜、弦巻                |
| <b>経 堂</b><br>あんしんすこやかセンター   | 宮坂1-44-29    | 5451-5580 | 5451-5582 | 宮坂、桜丘、経堂                |
| <b>下 馬</b><br>あんしんすこやかセンター   | 下馬4-13-4     | 3422-7218 | 3414-5225 | 下馬、野沢                   |
| <b>上 馬</b><br>あんしんすこやかセンター   | 上馬4-10-17    | 5430-8059 | 5430-8085 | 上馬、駒沢1・2                |

| 北沢地域                       |                           |           |           |                    |
|----------------------------|---------------------------|-----------|-----------|--------------------|
| 名 称                        | 所 在 地                     | 電話番号      | FAX番号     | 担当区域               |
| <b>梅 丘</b><br>あんしんすこやかセンター | 梅丘1-61-16                 | 5426-1957 | 5426-1959 | 代田1〜3、<br>梅丘、豪徳寺   |
| <b>代 沢</b><br>あんしんすこやかセンター | 代沢5-1-15                  | 5432-0533 | 5433-9684 | 代沢、<br>池尻4(33〜39番) |
| <b>新代田</b><br>あんしんすこやかセンター | 羽根木1-6-14                 | 5355-3402 | 3323-3523 | 代田4〜6、<br>羽根木、大原   |
| <b>北 沢</b><br>あんしんすこやかセンター | 北沢2-8-18<br>北沢タウンホール 地下1階 | 5478-9101 | 5478-8072 | 北沢                 |
| <b>松 原</b><br>あんしんすこやかセンター | 松原2-28-21 ※               | 3323-2511 | 5300-0212 | 松原                 |
| <b>松 沢</b><br>あんしんすこやかセンター | 赤堤5-31-5                  | 3325-2352 | 5300-0031 | 赤堤、桜上水             |

あんしんすこやかセンターの窓口開設時間

午前8時30分〜午後5時  
(日曜・祝日・12月29日〜1月3日を除く)

あんしんすこやかセンターは、まちづくりセンターと同じ建物にあります。

※ 松原あんしんすこやかセンターは、令和4年1月頃に松原5-43-28に移転予定です。

| 玉川地域                        |                       |           |           |                          |
|-----------------------------|-----------------------|-----------|-----------|--------------------------|
| 名 称                         | 所 在 地                 | 電話番号      | FAX番号     | 担当区域                     |
| <b>奥 沢</b><br>あんしんすこやかセンター  | 奥沢3-15-7              | 6421-9131 | 6421-9137 | 東玉川、奥沢1〜3                |
| <b>九品仏</b><br>あんしんすこやかセンター  | 奥沢7-35-4              | 6411-6047 | 6411-6048 | 玉川田園調布、<br>奥沢4〜8         |
| <b>等々力</b><br>あんしんすこやかセンター  | 等々力3-4-1<br>玉川総合支所 2階 | 3705-6528 | 3703-5221 | 玉堤、等々力、尾山台               |
| <b>上野毛</b><br>あんしんすこやかセンター  | 中町2-33-11             | 3703-8956 | 3703-5222 | 上野毛、野毛、中町                |
| <b>用 賀</b><br>あんしんすこやかセンター  | 用賀2-29-22 2階          | 3708-4457 | 3700-6511 | 上用賀、用賀、玉川台               |
| <b>二子玉川</b><br>あんしんすこやかセンター | 玉川4-4-5 2階            | 5797-5516 | 3700-0677 | 玉川、瀬田                    |
| <b>深 沢</b><br>あんしんすこやかセンター  | 駒沢4-33-12             | 5779-6670 | 3418-5271 | 駒沢3〜5、駒沢公園、<br>新町、桜新町、深沢 |

| 砧地域                          |            |           |           |             |
|------------------------------|------------|-----------|-----------|-------------|
| 名 称                          | 所 在 地      | 電話番号      | FAX番号     | 担当区域        |
| <b>祖 師 谷</b><br>あんしんすこやかセンター | 祖師谷4-1-23  | 3789-4589 | 3789-4591 | 祖師谷、千歳台1・2  |
| <b>成 城</b><br>あんしんすこやかセンター   | 成城6-3-10   | 3483-8600 | 3483-8731 | 成城          |
| <b>船 橋</b><br>あんしんすこやかセンター   | 船橋4-3-2    | 3482-3276 | 5490-3288 | 船橋、千歳台3〜6   |
| <b>喜多見</b><br>あんしんすこやかセンター   | 喜多見5-11-10 | 3415-2313 | 3415-2314 | 喜多見、宇奈根、鎌田  |
| <b>砧</b><br>あんしんすこやかセンター     | 砧5-8-18    | 3416-3217 | 3416-3250 | 岡本、大蔵、砧、砧公園 |

| 烏山地域                        |                          |           |           |            |
|-----------------------------|--------------------------|-----------|-----------|------------|
| 名 称                         | 所 在 地                    | 電話番号      | FAX番号     | 担当区域       |
| <b>上北沢</b><br>あんしんすこやかセンター  | 上北沢4-32-9                | 3306-1511 | 3329-1005 | 上北沢、八幡山    |
| <b>上祖師谷</b><br>あんしんすこやかセンター | 上祖師谷2-7-6                | 5315-5577 | 3305-6333 | 上祖師谷、粕谷    |
| <b>烏 山</b><br>あんしんすこやかセンター  | 南烏山6-2-19<br>烏山区民センター 2階 | 3307-1198 | 3300-6885 | 給田、南烏山、北烏山 |