

## (4) 社会参加の場



### ◎認知症カフェ◎

※認知症カフェとは、認知症の方やその家族、認知症に関心のある地域住民の方が認知症の理解を深めることを目的とした集いの場です。物忘れに関する相談等も可能です。

名称	会場住所	開催頻度	主な内容・費用	問い合わせ先
アリスカフェ	上杉2-3-3 ノースフォービル3階 会議室	奇数月 第4月曜日 13:30～15:00	ミニ講話、ティータイム 相談等 (無料)	上杉地域 包括支援センター 221-5569
結カフェ	上杉3-8-3 すけるん家上杉 地域交流室	偶数月 第4月曜日 13:30～15:01	ミニ講話、ティータイム 相談等 (無料)	



結カフェ

#### 参加者の方のコメント

- ・認知症は本当に不安なものです。このようなカフェでアドバイスを受けホッとしました。
- ・毎月とても楽しみにしています。



アリスカフェ

### ◎認知症家族会◎

※認知症の方を介護している家族の語らいの場です



名称	会場住所	開催頻度	主な内容・費用	問い合わせ先
認知症高齢者の 家族会	上杉1-5-1 (青葉区役所)	月1回程度 13:00～15:00	語り合い (無料)	青葉区障害高齢課 225-7211 (内線 6307)
認知症介護家族の 交流会	一番町4-11-1 (141ビル5階セミナー 室・創作アトリエ室)	毎月水曜日 13:00～14:55	語り合い (無料)	運営事務局:津田様 (080-6003-6002)

### ◎地域の運動グループ・教室等◎

運動を継続的に行う事によって認知症発症のリスクを軽減できる可能性があると言われています



名称	会場住所	開催頻度	主な内容・費用	問い合わせ先
台原さわやかサークル	白水集会所	月2回	月300円	上杉地域包括 支援センター 221-5569
介護予防教室	不定期で開催。随時お知らせします			
ひばり健康体操教室	上杉コミュニティ センター	第1・第3・第5火曜日 14:00～15:00	無料	ひばり訪問 看護ステーション 728-8160

### 地域のどなたでも参加できるサロン

名称	会場住所	開催頻度	主な内容・費用	問い合わせ先
いきいきサロン	仙台YWCA	毎週木曜日 11:00～13:30	1回 500円 (軽食付き)	仙台YWCA