

※祝日及び年末年始は除きます

1. 認知症コールセンター（電話相談）

一人で悩まず気軽に相談、どんなことでもかまいません

**☎ ０５４-６４３-７８３０　(月・木曜10時～15時)**

　　　　　　　ほっと会会員が相談員

藤枝市委託事業

ほっと会担当時間以外の月～金曜9時から17時は、

社会福祉協議会が相談を受けています

1. ほっと会 定例会（認知症介護者の集い）

**同じ立場の者同士、思いを吐き出し、共感し分かちあう**

**知識を得たり情報交換して、つながり支えあう会**

・**定例会**(集い)････毎月第１水曜日10:00～12:00

文化センター３F　会員制：１ヶ月400円

・**会報発行**･･･････**「ほっと会だより」**隔月発行

・**その他**･･･････････施設見学、クリスマス会、介護講座等

連絡先：０５４－６４５－１０１４　　携帯：０９０－４７９９－２５５７（西山）

E-mail：hotkai55@krb.biglobe.ne.jp 　　ホームページ： [https://www.hotkai.net](https://www.hotkai.net/)

　 **④** ケアラーズ・カフェ（認知症介護者の集い）

**コーヒーを飲みながら、少人数で本音や悩みを語り合う場**

**一人で悩まず思いを声にして、心を軽くする場**

　　　 日 時：毎月第３土曜日10:00～12:00　　　藤枝市委託事業

場　所：**輪笑**　　参加料：400円（会員200円）

※居酒屋ケアカフェ、ランチでケアカフェ、立場別、看取り後なども開催

**③ ほっとな居場所**　　（2014年5月～）

誰もが自由に利用できる　**居場所 ＆　認知症カフェ**

開催日時･･･水・木・金の10:00～15:00

利用料･････３００円（コーヒーお菓子付）

※介護予防教室、手芸、歌、脳トレ、ふまねっと等、

・**介護予防・日常生活支援総合事業【通所B】**

住所：藤枝市青木2丁目３１－２（藤枝税務署近く）(責任者　岡嶋)

　　 　　TEL054-689-5507(水･木･金10時～15時)

sui

ほっと会は、笑顔を大切にして活動します。みんなの笑顔を繋げましょう！ 約束：ほっと会で知り得た個人情報は、外へ漏らさない事

2008年5月発足

（公社）認知症の人と家族の会静岡県支部　藤枝分会

**ほ　っ　と　会** 　（代表　西山美紀子）