

令和6年度

わっかない

認知症の方を支える家族の会

ほっとする会



日頃思っていることをお茶を飲みながら話してみませんか？  
共通の悩みを持つ方とのお話は少しだけ気持ちが軽くなるものです。  
ほっとするひと時を過ごせる場として家族、支援者が協力しながら作っていただければと思います。お茶やお菓子を囲む交流の場に、ぜひお越しください。

**対象**

認知症の方を介護している家族の方（ご本人と一緒にの参加も歓迎！）  
以前、認知症の方を介護していた家族の方（介護の経験者）

**主な内容**

「茶話会」や「学習会」、「専門職による個別相談」など  
※内容は新聞等にてお知らせします

**参加費**

100円（お茶、お菓子代）※年会費800円（ご入会いただいた場合）

**会場・日程**

第1回	令和6年	5月28日(火)	13:00~15:00	<u>稚内市保健福祉センター</u>	中央4-16-2
第2回	//	8月25日(日)	13:00~15:00	<u>キタカラ 市民活動室</u>	中央3-6-1
第3回	//	9月28日(土)	13:00~15:00	<u>稚内市立図書館 研修室</u>	大黒4-1-1
第4回	//	11月26日(火)	13:00~15:00	<u>稚内市保健福祉センター</u>	中央4-16-2
第5回	令和7年	1月28日(火)	13:00~15:00	<u>稚内市保健福祉センター</u>	中央4-16-2
第6回	//	3月25日(火)	13:00~15:00	<u>稚内市保健福祉センター</u>	中央4-16-2



稚内市保健福祉センターでの会場は全て **2階 健康学習室** になります。



※会場等が変更となる場合がございます。  
その都度、新聞などで案内いたしますので、  
ご確認ください。



第2回はグループホーム絆の  
『オレンジカフェ』と合同開催  
ほっとするカフェです！

介護の経験がある方や認知症サポーター養成講座を受けたことがある方で、  
支援者として一緒に活動していただける方を募集しております！

主催：わっかない認知症の方を支える家族の会「ほっとする会」



申込  
方法

参加ご希望の場合は電話でお申し込みください。  
電話番号 0162-23-8585（稚内市地域包括支援センター）