

# カフェ・交流サロン

	名称	住所	開催日時	連絡先
1	まちのほっとスペース 成田西 なかまの家	成田西4-8-15	お問い合わせください	03-5930-6140
2	オレンジカフェ 和田	和田2-22-2 東京西部保健生活協同組合 本部1階	第3土曜日 13:30~15:00	03-6913-8092 (総合介護センター)
3	オレンジカフェ えん	本天沼2-36-17	お問い合わせください	03-3395-6333 (シャローム本天沼)
4	はるカフェ	荻窪2-29-3	お問い合わせください	03-3220-9637
5	コミュニティカフェ オレンジリボンウッド	高井戸西1-12-1 浴風会本館1階	お問い合わせください	03-3334-2149
6	CAFEふくろう マンマのカレー屋さん	宮前2-11-11 ふくろう宮前1階	お問い合わせください	070-5360-3763 (介護者応援団) 090-4702-9979 (ふくろう宮前 西澤)
7	ぷらっとカフェ	清水2-15-24 特別養護老人ホームすぎなみ 正吉苑内	お問い合わせください	03-5303-5823
8	Mカフェにしおぎ	西荻南2-28-14 西荻みなみ	第2火曜日 13:00~15:00	070-5360-3763 (介護者応援団)
9	介護者のための晩めし屋	永福2-23-7 キャスルプラザ永福	第1土曜日 18:00~20:00	070-5360-3763 (介護者応援団)
10	オープンリビング けやきの見える家	西荻北4-15-11	お問い合わせください	090-6795-5577
11	ロビーカフェ	高井戸西1-12-1 認知症介護研究・研修東京 センター1階	第4金曜日 14:00~15:30	03-3334-2495 (ケア24高井戸)

※開催場所や日程が変更になる場合もございます。  
事前に連絡先にお問い合わせの上、ご参加ください。

発行：令和6年4月

# 杉並介護者の会マップ

## 介護者の会って？

家族を介護する方が、悩みや不安を安心して話したり、情報交換をする場です

## 参加方法

### どこの会へも自由に参加できます！

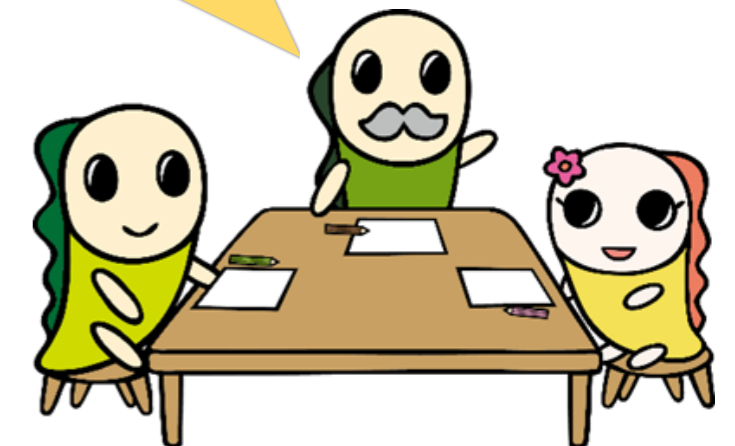
「会で語られた内容は他に話さない」というルールがあります  
参加者の話を聴く、情報をもろうだけでも構いません  
会によっては、参加費(お茶菓子代)が必要な場合もあります  
各会月1回程度開催されています

自分の話をするだけでなく、ほかの介護者の話を  
聴くだけで、得られることがあります。  
初めから話そうとしなくてもいいのです。  
だまっけていても大丈夫。  
もしよかったら、まずはのそきに來てください。

介護経験者のNPO法人「杉並介護者応援団」

## 「杉並介護者の会」マップ

問い合わせ先  
高齢者在宅支援課  
地域包括ケア推進係  
☎03-3312-2111 (代表)



# 介護者の会



※開催場所や日程が  
変更になる場合がございます。  
事前に連絡先にお問い合わせの上、  
ご参加ください。



	名称	住所	開催日	時間	連絡先	参加費
①	上井草なでしこの会	上井草2-28-13 四宮区民集会所	第4水曜日	13:00~15:00	03-3396-0024 (ケア24上井草)	200円
②	下井草さくら会	下井草3-13-9 ゆうゆう下井草館	第2金曜日	13:30~15:30	03-5303-5341 (ケア24下井草)	200円
③	阿佐ヶ谷介護者の会	阿佐ヶ谷北2-18-17 コミュニティ ふらっと阿佐ヶ谷	第4金曜日	13:00~15:00	03-3339-1588 (ケア24阿佐ヶ谷)	200円
④	荻のはな	南荻窪2-25-17 ゆうゆう荻窪館	第4水曜日	13:30~15:30	03-5336-3724 (ケア24南荻窪)	無料
⑤	荻窪ソックスの会	荻窪4-23-12 ゆうゆう荻窪東館	第2水曜日	13:30~15:00	03-3391-0888 (ケア24荻窪)	200円
⑥	男はつらいよ ~男性介護者の会~	高円寺南1-7-22 ゆうゆう高円寺東館	第2土曜日	15:00~16:00	070-5360-3763 (杉並介護者応援団)	200円
⑦	土曜・介護者の集い	高円寺南1-7-22 ゆうゆう高円寺東館	第4土曜日	13:30~15:30	070-5360-3763 (杉並介護者応援団)	200円
⑧	成田うぐいすの会	成田西1-28-18 コミュニティ ふらっと成田	第3金曜日	13:00~15:00	03-5307-3822 (ケア24成田)	200円
⑨	介護相談会	成田東1-39-6 東二会館	第3土曜日	14:00~16:00	090-3430-3216 (橋本)	200円
⑩	介護者の会 秋桜	成田東4-35-19 沼崎さん宅	第4木曜日	13:30~15:30	03-3318-8530 (ケア24松ノ木)	200円
⑪	久我山さくらの会	久我山3-47-16 さんじゅ久我山	第4木曜日	13:00~15:00	03-5346-3348 (ケア24久我山)	200円
⑫	かしの会	浜田山2-13-1 杉並介護者応援団 事務所	第2金曜日	1部 10:00~12:00 2部 13:00~15:00 (どちらか1回)	03-5357-4944 (ケア24浜田山)	200円
⑬	和泉ワイワイクラブ	和泉1-44-19 新泉サナホーム地域 交流室	第2木曜日	13:30~15:30	03-3321-4808 (和泉ふれあいの家)	200円
⑭	ふらっと会	方南2-6-28 方南2丁目福祉施設	第1金曜日	13:30~15:00	03-5929-2751 (ケア24方南)	200円