

令和8年度

# 認知症 介護家族の つどい

# 知恵袋

## 介護者同士、相談し合える仲間を見つけませんか？

朝霞市では、介護者同士が集まって介護の悩みや思いを話す場を設けています

◎対象 認知症の方やその心配がある方を介護している市民

◎時間 午後1時30分から3時まで

開催日	膝折	産文	ゆめ
4月 10日			○
5月 8日		○	
6月 5日	○		
7月 3日			○
8月 7日		○	
9月 4日	○		

開催日	膝折	産文	ゆめ
10月 2日			○
11月 6日		○	
12月 4日	○		
1月 8日			○
2月 5日	○		
★20日			○
3月 5日		○	

膝折：膝折市民センター 産文：産業文化センター ゆめ：ゆめぱれす（市民会館）

通常は金曜日開催、★印の日は土曜日開催です。

## 参加者さまの声

介護している人からの  
アドバイスなので  
参考になる

たくさんの経験談や情報を  
聞くことができ  
心強く感じる

とても温かい雰囲気

自分だけで  
抱え込まなくていいと  
思えるようになった

気持ちが明るくなった

自分の言いたいことが言え、  
参加者が真剣に聞いて  
共感してくれるのがうれしい

心が軽くなった



©むさしのフロントあさか

※初めて参加される方は、事前にお申し込みください。

◎申込み・問い合わせ 朝霞市地域共生社会課 地域共生推進係

☎ 048-483-4520 ✉ tiikikyousei@city.asaka.lg.jp