

世田谷区 介護者の会&家族会

会場マップ



世田谷区
介護者の会・家族会 一覧

ご家族の方なら
どなたでも
参加できます。

- 介護をしている方!
- これから介護をする方!
- 介護経験者の方!

介護をしている方が
情報交換をしたり、
悩みや不安を話したり
することができる場です。

いろいろな
つながりを作って
いきましょう!

ご参加
ください

こんな
場所

発行元 世田谷区 高齢福祉部 介護予防・地域支援課

問合せ先 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター
TEL.03-6379-4315 FAX.03-6379-4316
<https://setagaya-ninsapo.jp>

[運営委託法人] 医療法人社団プラタナス 桜新町アーバンクリニック



世田谷区
令和5年12月

世田谷区 介護者の会・家族会 インフォメーション

世田谷区には、区が主催する家族会や、あんしんすこやかセンターが主催する会、区民の方が主催する会など、様々な介護者のための会があります。

区が主催する家族会は、「世田谷地域」「北沢地域」「玉川地域」「砧地域」「烏山地域」の5地域それぞれの総合支所が開催しています。

日頃の大変さや思いを語り合う場、また介護のヒントを得る場として、ご参加ください。



主催

世田谷区が主催する

認知症の方の家族会 のご案内

区が主催している「認知症の方の家族会」の詳細は、世田谷区認知症在宅生活サポートセンターのホームページ「介護者の会・家族会」よりご覧いただけます。



ためになる
ミニ講座も
あるよ!



参加を迷ったら、各会までお気軽にご連絡ください。

- 開催日程・会場・参加費等は変更する場合があります。事前にお問合せください。
- 掲載内容は令和5年12月現在の情報です。

記号の見方

このパンフレットでは、それぞれの会の基本情報、ならびにイチオシポイントを記号でご紹介しています。

※感染症拡大防止のため、人数制限などの対策をしています場合がございます。参加をご希望の際は、お問合せください。

基本情報 連絡先 E-メール 会場/所在地 開催日時

イチオシポイント



コーヒーやお菓子の提供あり



ミニ講座あり、学べる



アットホームでゆったりしている



おしゃべり、語り合い



男性介護者の参加あり



専門職と話せる



息抜きのレクリエーションあり



認知症カフェと同時開催



認知症について相談できる

世田谷地域

1 池尻介護者おしゃべり会

たくさん話して気分転換!介護中の方も、これから介護する方も大歓迎です。

池尻あんしんすこやかセンター
03-5433-2512

池尻3-27-21
池尻まちづくりセンター 3階



月1回

第4木曜日
(午前10時~11時)

会場が変更になる
ことがあるため、
事前にお問合せ
ください。



世田谷地域

2 シュガータイム

介護している中で「こんな時どうしてる?」という疑問や近況など気軽に話しています。

若林あんしんすこやかセンター
03-5431-3527

若林1-34-2
若林まちづくりセンター 3階
活動フロア



偶数月

第3金曜日
(午後1時30分~2時30分)



3 上町介護者交流会

介護者のみなさんが、日頃の思いを話すことで心が楽になる居場所です。素敵な音楽も聴けるかも♪

☎ 上町あんしんすこやかセンター
03-5450-3481

🏠 世田谷1-23-5
上町まちづくりセンター 4階
活動フロアー他

🕒 **偶数月**

第3火曜日
(午前10時30分～11時30分)

会場が変更になることがあるため、事前にお問合せください。



4 男の介護を語る会

男性介護者の悩みや体験談など、男同士で語り合しましょう。お気軽にご参加ください。

☎ 上町あんしんすこやかセンター
03-5450-3481

🏠 世田谷1-23-5
上町まちづくりセンター
3階または4階 活動フロアー

🕒 **奇数月**

第2土曜日
(午後2時～3時30分)



7 サロン如(きさらぎ)

介護の日常から離れて一息つきませんか?最新の情報も専門職の方から聞くことができます。

☎ **03-3420-8444** **担当**
石上

🏠 宮坂1-44-29
経堂出張所内
経堂まちづくりセンター
活動フロアー

🕒 **月1回**

第1金曜日
(午後1時30分～3時)

年2～3回、レクリエーションあり



8 橙会(だいだいかい)

介護の体験や思いを語り合い、知恵や元気をもらいましょう。ぜひ足をお運びください。

☎ 下馬あんしんすこやかセンター
03-3422-7218

🏠 地域の喫茶店など

🕒 **不定期**

日程・会場等は事前にお問合せください。



5 ケアラーズカフェ KIMAMA

日頃の想いや悩みを語れる場。お茶とケーキを楽しみながらの気分転換はいかがですか?

☎ 市民活動団体 ZUTTO-KOKO **担当**
03-3439-1650 岩瀬

🏠 桜丘5-15-11
岩瀬宅

🕒 **月1回(8月除く)**

第3木曜日
(午後1時～4時)

オンライン併用で開催



6 経堂 介護者のつどい

介護者という立場を共感できる仲間が待っています。ぜひ一度足を運んでください。

☎ 経堂あんしんすこやかセンター
03-5451-5580

🏠 経堂5-21-6
経堂南地区会館1階 会議室

🕒 **奇数月**

第4木曜日
(午後1時30分～4時)



9 介護ファミリーおしゃべり会

介護経験のある認知症サポート医、心理師も一緒に気ままにおしゃべりしています。

☎ 一般財団法人 平和協会 本部 **担当**
03-3418-0586 木下

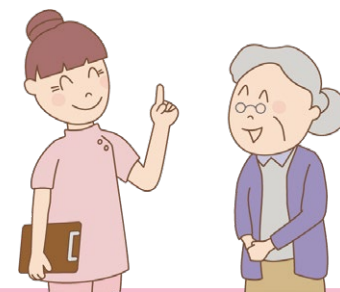
🏠 上馬4-5-8
駒沢診療所
駒沢ウェルネスセンター 2階

🕒 **年4回(4・7・10・1月)**

第3土曜日
(午後1時30分～3時30分)



メモ



10 梅丘 介護者の会

介護にまつわる悩みや想いを話してみませんか?気分転換も兼ねてお越しください。

☎ 梅丘あんしんすこやかセンター
03-5426-1957

🏠 梅丘1-61-16
梅丘まちづくりセンター
地下1階 活動フロア

🕒 **奇数月**

最終木曜日
(午後2時～3時30分)

※令和6年4月以降は、第1火曜日に変更

**11 梅丘男性介護者の会
ぴあエール**

男性同士で日頃の悩みや思いを語る、気軽に相談できる会です。

☎ 梅丘あんしんすこやかセンター
03-5426-1957

🏠 梅丘1-15-12 1階
社会福祉法人古木会
梅丘事務所

🕒 **偶数月**

第3月曜日
(午後1時30分～3時)

**14 男性介護者交流会**

男性介護者の皆さま、悩みや日頃の思いを男同士気兼ねなく語り合いませんか。

☎ 北沢あんしんすこやかセンター
03-5478-9101

🏠 北沢2-8-18
北沢タウンホール 4階
活動フロア

🕒 **年6回**

(午後2時～3時30分)

日程は事前にお問合せください。

**15 認知症家族の会・
翠(みどり)の会**

最新の認知症治療情報が聞けます。人間の生を探究する大井玄医師が皆さんに寄り添います。

☎ **090-9157-5708** **担当**
(秋定) **秋定**
03-3428-1623
(山中)

🏠 赤堤1-23-7
(有)鹿樹(ろくじゅ)プランニング内

🕒 **年に4～6回**

金曜日
(午後1時30分～3時30分)

日程・会場等は事前にお問合せください。

**12 代沢せせらぎ会**

認知症の方の介護者の会です。お茶を飲みながら、おしゃべりや情報交換をしています。

☎ 代沢あんしんすこやかセンター
03-5432-0533

🏠 代沢5-1-15
代沢まちづくりセンター
活動フロア

🕒 **偶数月(8月除く)**

第3水曜日
(午前10時～11時30分)

**13 介護者のつどい**

介護の悩みやサービスの情報などについてお話をしています。お気軽にご参加ください。

☎ 新代田あんしんすこやかセンター
03-5355-3402

🏠 羽根木1-6-14
新代田まちづくりセンター 2階
活動フロア

🕒 **月1回**

第2火曜日
(午後2時～3時30分)

**16 お茶とせんべい**

体験したこと、今していることを、ゆったりとした気分でお話ませんか。

☎ 松原あんしんすこやかセンター
03-3323-2511

🏠 松原5-43-28
松原あんしんすこやかセンター
1階相談室または活動コーナー

🕒 **奇数月**

第4水曜日
(午後1時30分～3時30分)
時間内の出入り自由です

事前にお問合せください。

**17 男性介護者の会**

家族を介護している男性同士でざっくばらんに語りあう会です。

☎ 松原あんしんすこやかセンター
03-3323-2511

🏠 松原5-43-28
松原まちづくりセンター 2階
活動フロア

🕒 **奇数月**

第4木曜日
(午後2時～3時30分)



18 松沢 介護者のつどい

同じ介護に携わる仲間と気軽に語り合しましょう。

☎ 松沢あんしんすこやかセンター
03-3325-2352

🏠 赤堤5-31-5
松沢まちづくりセンター内
喫茶YOU・遊
3階 活動フロアー他

🕒 第5火曜日のある月

第4水曜日
(午後1時30分～3時)
※開催場所により変更有



19 キラリ★会

テーマは予防未病改善。レビー小体型や若年性認知症を中心とした、希望がひろがる語り場です。

☎ 080-3270-1184 担当
金子

✉ kaneko153@gmail.com

🏠 桜上水1-5-3
金子宅リビング

🕒 月1回

第3土曜日(午後2時～3時)
※感染症の状況によっては、オンラインでの実施に切り替えています。



22 夫を介護している妻の会

同じ立場の介護者同士、色々話して少しスッキリできる場所です。

☎ 九品仏あんしんすこやかセンター
03-6411-6047

🏠 奥沢7-35-4
九品仏まちづくりセンター 2階
活動フロアー

🕒 月1回

第4木曜日
(午前10時～11時30分)

日程が変更になる
ことがあるため、
事前にお問合せ
ください。



23 一息会

日頃の思いを持ち寄り、“一息”ついて頂く場です。お気軽にご参加ください。

☎ 上野毛あんしんすこやかセンター
03-3703-8956

🏠 中町2-33-11
上野毛まちづくりセンター内
上野毛あんしんすこやかセンター

🕒 偶数月

第2木曜日
(午後1時30分～3時30分)

事前にお問合せ
ください。



20 奥沢 家族交流会

介護について悩んでいませんか?仲間と思いを分かち合いましょう。明日の介護のヒントが見つかるかもしれません。

☎ 奥沢あんしんすこやかセンター
03-6421-9131

🏠 奥沢3-15-7
奥沢まちづくりセンター 2階
活動フロアー

🕒 月1回

第2火曜日
(午後1時30分～3時)



21 認知症介護者のおしゃべり会

家族の介護をするつらさ・悲しさを感じているなら、その思いを話しに来ませんか?

☎ 080-6620-6662 担当
西澤

🏠 奥沢7-35-4
九品仏まちづくりセンター 2階
活動フロアー

🕒 月1回

第4月曜日
(午後1時30分～3時30分)



24 上野毛ケアメンの会

親や配偶者の介護、男性ならではの苦労や悩み等、話し合うことで分かり合える、楽になる。

☎ 上野毛あんしんすこやかセンター
03-3703-8956

🏠 中町2-33-11
上野毛まちづくりセンター内
上野毛あんしんすこやかセンター

🕒 令和6年3月15日
令和6年7月19日
令和6年11月15日

(午後1時30分～3時)

開催日前日までに
ご連絡ください。



25 在宅介護家族の会「フェロー会」

平成8年発足。介護者が悩みを抱え込まないで、情報交換や気分転換をしませんか?

☎ 03-3700-0969 担当
高橋

🏠 玉川1-15-6
二子玉川ライズプラザモール
202
ロイヤル入居相談室
二子玉川相談室

🕒 月1回

第3火曜日
(午後1時30分～3時30分)

事前にお問合せ
ください。



26 家族ほっとカフェ

家族の心と体も健康に!不安や悩みを一緒に分かち合いませんか?

☎ ふくろうクリニック等々力 **担当**
03-5758-3270 伊藤

🏠 等々力3-5-2
ヒューリック等々力ビル 3階

🕒 **月1回**
第2木曜日
(午前10時~11時30分)

参加ご希望の方は
お問合せください。

**27** あばら屋 春夏

ティースプーン一杯の気分転換。話をしてもいい、ぼんやりしてもいい。自分さがしにどーぞ。

☎ **03-3426-2347** **担当**
安田

🏠 新町2-34-13
安田宅

🕒 **月2回**
第1火曜日
(午後7時~8時)
第2火曜日
(午前10時30分~12時)
※毎回オンラインで開催しています。

**30** 認知症の人を支えるための
家族相談会

精神科や臨床心理士の先生方をアドバイザーとして病院ではゆっくり相談できないことなどを話合っています。

☎ サロンデイ語らいの家 **担当**
03-5429-8855 坪井

成城あんしんすこやかセンター
03-3483-8600

🏠 成城6-3-10
成城まちづくりセンター
活動フロア

🕒 **月1回**
第2土曜日(午後2時~4時)

**31** 喜多見介護者の会

日頃の介護の思いを話したり、情報交換したり... 少人数で気軽に参加できる会です。

☎ 喜多見あんしんすこやかセンター
03-3415-2313

🏠 喜多見5-11-10
喜多見まちづくりセンター
活動フロア等

🕒 **偶数月**
第2水曜日
(午前10時~12時)

事前にお問合せ
ください。

**28** なでしこの会

ケアマネジャー・あんしんすこやかセンター・民生委員の協力で和やかな話し合いの場です。

☎ **03-3439-2134** **担当**
090-4023-0837 梅田

🏠 駒沢4-33-12
深沢まちづくりセンター 2階

🕒 **月1回**
第4水曜日
(午後1時30分~3時30分)

**29** 介護者の会

少人数で気軽に何でも話せる会です。お一人で悩みを抱え込まず、ぜひお気軽にご参加ください。

☎ 祖師谷あんしんすこやかセンター
03-3789-4589

🏠 祖師谷4-1-23
祖師谷まちづくりセンター
活動フロア

🕒 **年4回(6・9・12・3月)**
(午後2時~3時30分)

開催日程は
事前にお問合せ
ください。

**32** ほっとサロン砧

少人数で気軽におしゃべりしています。思いを分かち合い、リフレッシュできる場です。

☎ 砧あんしんすこやかセンター
03-3416-3217

🏠 砧5-8-18
砧まちづくりセンター
活動フロア

🕒 **偶数月**
第4火曜日
(午前10時30分~12時)

第4週以外の
場合もあります。
お問合せください。

**33** 娘・息子がつどう会

娘、息子など、「子の立場」のご家族を対象とした家族会です。

☎ 砧あんしんすこやかセンター
03-3416-3217

🏠 砧5-8-18
砧まちづくりセンター
活動フロア

🕒 **奇数月**
第1金曜日
(午前10時30分~12時)

第1週以外の
場合もあります。
お問合せください。



34 東京都立松沢病院
もの忘れ家族教室

地方独立行政法人東京都立病院機構

認知症に関する医学的情報や社会資源の情報提供を行っています。詳しくはホームページでご確認ください。

☎ 東京都立松沢病院
患者・地域サポートセンター
03-3303-7211

🏠 上北沢2-1-1
東京都立松沢病院
患者・地域サポートセンター14番

🕒 **不定期**

※日時はHPでご確認ください。

要予約



35 上北沢介護者の会

日頃の思いや悩みを語れる場所です。男性介護者も多いです。お気軽にご参加ください。

☎ 上北沢あんしんすこやかセンター
03-3306-1511

🏠 上北沢4-32-9
上北沢まちづくりセンター
地下1階 会議室

🕒 **年3回(6・9・1月) 予定**
(午前10時～11時30分)

開催日程は事前にお問合せください。



38 わいわいおしゃべり会
(レビー小体型認知症介護家族の会)

『今を大切に!』レビーのこと、仲間と一緒に考えながら楽しくおしゃべりしています♪

🏠 東急目黒線
武蔵小山駅周辺

✉ osbrk2019@yahoo.co.jp

🕒 **月1回**
土曜日か日曜日の午後

会場・日時・参加費等は事前にお問合せください。



39 若年性認知症家族会・
彩星の会(ほしの会)

定例会はご本人の笑顔がいっぱい。家族は講演会・情報交換会等で交流を深めています。

☎ 若年性認知症家族会・彩星の会
03-5919-4185

🏠 新宿区戸山1-22-2
新宿区立障害者福祉センター

🕒 **奇数月**
第4日曜日(午後1時～4時)

※5月第4日曜日「新宿御苑散策」と11月第4日曜日「彩星の会版 秋の園遊会」は新宿御苑にて行います。



36 かたよせ会

会員30名で28年間活動しています。令和4年度に、世田谷区制施行90周年記念式典で表彰されました。

☎ 世田谷区社会福祉協議会
(烏山地域社協事務所) **090-5808-1852**

担当
高山

🏠 上北沢3-26-4
上北沢ふれあいの家

🕒 **月1回**
第3木曜日
(午前10時～午後4時)

時間についてはお問合せください。



37 上祖師谷
リラックスの会

日頃ご家族の介護をしている皆様の息抜きの場です。ご参加をお待ちしています。

☎ 上祖師谷あんしんすこやかセンター
03-5315-5577

🏠 上祖師谷2-7-6
上祖師谷まちづくりセンター
活動フロアー

🕒 **年3回**
(午後2時～3時30分)

開催日程は事前にお問合せください。



本紙の掲載情報は令和5年12月現在のものです。
開催日程・会場・参加費等は変更する場合がありますので事前にお問合せください。

世田谷地域

名称	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
池尻 あんしんすこやかセンター	池尻3-27-21	5433-2512	3418-5261	池尻1~3、池尻4(1~32番)、三宿
太子堂 あんしんすこやかセンター	太子堂2-17-1 2階	5486-9726	5486-9750	太子堂、三軒茶屋1
若林 あんしんすこやかセンター	若林1-34-2	5431-3527	5431-3528	若林、三軒茶屋2
上町 あんしんすこやかセンター	世田谷1-23-5 2階	5450-3481	5450-8005	世田谷、桜、弦巻
経堂 あんしんすこやかセンター	宮坂1-44-29	5451-5580	5451-5582	宮坂、桜丘、経堂
下馬 あんしんすこやかセンター	下馬4-13-4	3422-7218	3414-5225	下馬、野沢
上馬 あんしんすこやかセンター	上馬4-10-17	5430-8059	5430-8085	上馬、駒沢1・2

北沢地域

名称	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
梅丘 あんしんすこやかセンター	梅丘1-61-16	5426-1957	5426-1959	代田1~3、梅丘、豪徳寺
代沢 あんしんすこやかセンター	代沢5-1-15	5432-0533	5433-9684	代沢、池尻4(33~39番)
新代田 あんしんすこやかセンター	羽根木1-6-14	5355-3402	3323-3523	代田4~6、羽根木、大原
北沢 あんしんすこやかセンター	北沢2-8-18 北沢タウンホール 地下1階	5478-9101	5478-8072	北沢
松原 あんしんすこやかセンター	松原5-43-28	3323-2511	5300-0212	松原
松沢 あんしんすこやかセンター	赤堤5-31-5	3325-2352	5300-0031	赤堤、桜上水

あんしんすこやかセンターの窓口開設時間 **午前8時30分~午後5時**
(日曜・祝日・12月29日~1月3日を除く)

あんしんすこやかセンターは、まちづくりセンターと同じ建物にあります。

玉川地域

名称	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
奥沢 あんしんすこやかセンター	奥沢3-15-7	6421-9131	6421-9137	東玉川、奥沢1~3
九品仏 あんしんすこやかセンター	奥沢7-35-4	6411-6047	6411-6048	玉川田園調布、奥沢4~8
等々力 あんしんすこやかセンター	等々力3-4-1 玉川総合支所 2階	3705-6528	3703-5221	玉堤、等々力、尾山台
上野毛 あんしんすこやかセンター	中町2-33-11	3703-8956	3703-5222	上野毛、野毛、中町
用賀 あんしんすこやかセンター	用賀2-29-22 2階	3708-4457	3700-6511	上用賀、用賀、玉川台
二子玉川 あんしんすこやかセンター	玉川4-4-5 2階	5797-5516	3700-0677	玉川、瀬田
深沢 あんしんすこやかセンター	駒沢4-33-12	5779-6670	3418-5271	駒沢3~5、駒沢公園、新町、桜新町、深沢

砧地域

名称	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
祖師谷 あんしんすこやかセンター	祖師谷4-1-23	3789-4589	3789-4591	祖師谷、千歳台1・2
成城 あんしんすこやかセンター	成城6-3-10	3483-8600	3483-8731	成城
船橋 あんしんすこやかセンター	船橋4-3-2	3482-3276	5490-3288	船橋、千歳台3~6
喜多見 あんしんすこやかセンター	喜多見5-11-10	3415-2313	3415-2314	喜多見、宇奈根、鎌田
砧 あんしんすこやかセンター	砧5-8-18	3416-3217	3416-3250	岡本、大蔵、砧、砧公園

烏山地域

名称	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
上北沢 あんしんすこやかセンター	上北沢4-32-9	3306-1511	3329-1005	上北沢、八幡山
上祖師谷 あんしんすこやかセンター	上祖師谷2-7-6	5315-5577	3305-6333	上祖師谷、粕谷
烏山 あんしんすこやかセンター	南烏山6-2-19 烏山区民センター 2階	3307-1198	3300-6885	給田、南烏山、北烏山