

介護者家族会・認知症介護者家族会 令和8年度 年間スケジュール

お住まいの地域に限らず、どちらの家族会にもご参加いただけます。
ひとつでも思い当たることがあれば、お気軽に家族会にご参加ください。

- 初めての介護で戸惑うことばかり
- イライラを話す場所がほしい
- 介護のコツを知りたい
- 「私だけなぜ？」って思ってしまう
- 同じ体験をしている人と語りたい

※ご家族の介護で参加が難しい方は、デイサービスまたはヘルパーサービスの派遣が利用できる場合があります。事前にご相談ください。



介護者家族会 …… 介護者・介護経験者の方どなたでも



※年末年始、祝日等の事情により開催日が変更になる場合があります。詳しくは、各問合せ先へ直接お問合せください。

(令和8年4月1日現在)

グループ名	会場	開催日時	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	問合せ
① 四谷の会	四谷保健センター等複合施設 (四谷三栄町 10-16)	毎月第1木曜日 午後1時半～3時半	2	7	4	2	6	3	1	5	3	14*	4	4	四谷高齢者総合相談センター ☎ 03-5367-6770 FAX 03-3358-6922
② フレンズ2	高齢者福祉施設神楽坂 (矢来町 104)	奇数月第4火曜日 午後1時～3時	—	26	—	28	—	22	—	24	—	26	—	23	筆筈町高齢者総合相談センター ☎ 03-3266-0753 FAX 03-3266-0786
③ フレンズ	牛込保健センター等複合施設 (弁天町 50)	偶数月第4火曜日 午後2時半～4時半	28	—	23	—	25	—	27	—	22	—	23	—	榎町高齢者総合相談センター ☎ 03-5227-1757 FAX 03-5227-1758
④ わきあいあい	若松地域センター (若松町 12-6)	毎月第2水曜日 午後1時半～3時半	8	13	17*	8	12	9	14	11	9	13	10	10	若松町高齢者総合相談センター ☎ 03-5292-0710 FAX 03-5292-0716
⑤ 大久保・あった会	大久保地域センター (大久保 2-12-7)	毎月第2火曜日 午後1時半～3時半	14	12	9	14	18*	8	13	10	8	12	9	9	大久保高齢者総合相談センター ☎ 03-5332-5585 FAX 03-5332-5592
⑥ ひとやすみの会	新宿リサイクル活動センター (高田馬場 4-10-2)	奇数月第4土曜日 午後1時半～3時半	—	23	—	25	—	26	—	28	—	23	—	27	戸塚高齢者総合相談センター ☎ 03-3203-3143 FAX 03-3203-1550
⑦ いっぷくの会	聖母ホーム (中落合 2-5-21)	偶数月第4土曜日 午後1時半～3時半	25	—	27	—	22	—	24	—	19*	—	27	—	落合第一高齢者総合相談センター ☎ 03-3953-4080 FAX 03-3950-4130
⑧ かずら会	落合第二高齢者総合相談センター (上落合 2-22-19 キャンパスエール上落合2階)	毎月第3金曜日 午後1時半～3時半	17	15	19	17	21	18	16	20	18	15	19	19	落合第二高齢者総合相談センター ☎ 03-5348-8871 FAX 03-5348-8872
⑨ ひととき	北新宿特別養護老人ホーム(かしわ苑) (北新宿 3-27-6)	偶数月第3火曜日 午後1時半～3時半	21	—	16	—	18	—	20	—	15	—	16	—	柏木高齢者総合相談センター ☎ 03-5348-9555 FAX 03-5348-9556

認知症介護者家族会 …… 認知症の方を介護している方はこちらも



① 認知症の病気や対応方法について学ぶ学習会開催日(予約制)

グループ名	会場	開催日時	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	問合せ
水 水曜日の会	西新宿シニア活動館 (西新宿 4-8-35)	毎月第3水曜日 午前10時半～12時	15	20 ^学	17	15	—	16	21 ^学	18	16	20	17 ^学	17	高齢者支援課 高齢者相談第二係 ☎ 03-5273-4594 FAX 03-5272-0352
木 木曜日の会	百人町地域交流館 (百人町 2-18-21)	毎月第2木曜日 午後1時半～3時半	9	14	11 ^学	9	—	10	8	12 ^学	10	14	4 [*]	11 ^学	
金 金曜日の会	牛込保健センター等複合施設 (弁天町 50)	毎月第2金曜日 午後1時半～3時半	10 ^学	8	12	10	—	11 ^学	9	13	11 ^学	8	12	12	