



HiToiKi Cafe

～認知症家族の会～



事前申込制
定員 16名程度
参加費無料

『HiToiKi Cafe』は、認知症のある方と介護者が一緒に活動を楽しみながら時間や思いを共有する場です。他のご家族とも交流することで思いを分かち合い、気づきを得る機会にもなります。
‘ホッと一息つけるひと時’を一緒に過ごしませんか？

日時 2026年3月7日(土)
時間 14:30～16:00
場所 タムスさくら病院江戸川
1階食堂 (東篠崎1-11-1)



ご本人、ご家族が
一緒に参加できます。
(ご家族のみの参加
も可能です)

【テーマ】

回想法

思い出を人に話すことは、脳の活性化に効果的です。このような心理療法を回想法といいます。楽しかった・うれしかった気持ちや頑張ってきた自分を思い出すと自己肯定感が高まり、精神的な安定に繋がるといわれています。

思い出の品をお持ち下さい



♥わたしの宝物紹介

思い出の品について、エピソードを語り合いましょう！

♥わたしの歴史

自分の歴史を振り返って、思い出を書き出してみましょう！

もの忘れ相談会
同時開催中

【プレゼンター】

タムスさくら病院江戸川 岡島・木村

**マスクの着用に
ご協力ください**



アクセス

都営新宿線「篠崎駅」南口より徒歩20分

篠崎駅前バス乗り場③番から乗車「内沼」下車 徒歩4分

駐車場・駐輪場あり

※自転車は1階食堂前「外来駐輪場」を、バイクは駐車場ゲート横、「バイク専用駐輪場」をご利用ください

※場所がご不明の場合はお問い合わせください

お問い合わせ
お申込み先

タムスさくら病院江戸川 認知症疾患医療センター ☎0120-396-834

タムスさくら病院江戸川 デイケア ☎03-6638-6061

江戸川 熟年相談室 江東園 ☎03-3677-4631

瑞江 熟年相談室 瑞江ホーム ☎03-3679-4102

西篠崎 熟年相談室 きく ☎03-5666-8477

HiToiKi Café

～出会いと意思の共有の場～

HiToiKi Café は家族が一緒に活動し、気持ちのキャッチボールをしながら時間を過ごすことを大切にしています！

認知症になることは、ご本人やご家族にとって想像を絶する不安やストレスを伴わせ、それまでの『家族』の関係性がいつの間にか「介護する側」と「介護される側」に変化していくこともあります。

活動を通して共に楽しみ、喜び、お互いを思い合うことで新たな気づきが生まれます。更に、他の家族と交流することで、ご本人・ご家族の葛藤や気持ちのズレを整えなおし、お互いを認め合えることでより良い「家族」の関係性に繋がるのが期待できます。



【活動の様子】



今回は化粧療法 ♡ テーマは毎回変わります！

久しぶりに口紅を塗って心も表情も明るくなったわ！

普段、母親の手に触れる事なんてないけど・・・こうした機会なら自然にできるなあ・・・

お母さんの髪を結うのは何年ぶりかしら・・・

【名前の由来】

HiToiKi・・・一息(ひといき)とは、一度息をつくこと、ひと休み。あえてアルファベットの太文字と小文字を組み合わせることで表記することにより、“多世代”や“家族のさまざまな形”を意味しています。家族や友人同士、パートナー関係など、この会は認知症のあるご本人を支える人たち、さまざまな仲間を歓迎しています。そして、HiToiKiの**Toi**は、ドイツのおまじない“Toi toi toi”にかけており、「うまくいきますように！」と相手の成功や幸せを祈る思いを込めています。

Café・・・時の話題について談笑して情報交換をする、リラックスできる場。

私たちは、こうした思いを胸に、HiToiKi Caféで皆さまをお待ちしています！