

介護の悩みや不安をみんなで話してみませんか？

令和8年度 介護家族会



認知症の方

精神面で
心配が
ある方

在宅介護

上記の方等を介護している・介護していた方は、是非ご来場ください。
(本人または家族が上尾市内に在住している方が対象です)

日時 令和8年4月～令和9年3月 午後1時30分～3時00分
(時間内であれば出入りは自由です。)

会場 上尾市プラザ22 (ライオンズタワー上尾内)
※ 詳細な日程・会場については裏面をご覧ください。
※ 会場が変更となる場合があります。

内容 介護に関する悩みや体験談の共有をグループワーク形式で行います。
※地域包括支援センター職員や介護経験者によるボランティアがファシリテーターとして参加します。

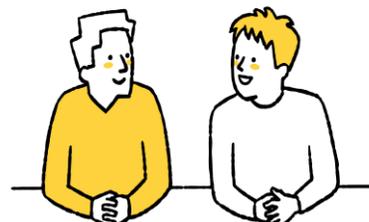
介護家族会 ボランティア（介護経験者）募集中

御自身の介護の経験を活かしながら、介護家族会で一緒に活動して下さる方を募集しています。

あなただから分かること、あなただから伝えられることがあります。

仲間と一緒に、あなたの体験談や思いを発信してみませんか？

その一歩が、たくさんの人の後押しになります。



令和8年度 介護家族会日程

※時間は表面をご覧ください。

開催日	開催日
令和8年 4月 20日 (月)	令和8年 5月 19日 (火)
6月 15日 (月)	7月 21日 (火)
8月 17日 (月)	9月 15日 (火)
10月 19日 (月)	11月 17日 (火)
12月 21日 (月)	令和9年 1月 19日 (火)
令和9年 2月 15日 (月)	3月 16日 (火)

※日程・会場は変更になる場合がございます。最新の情報は市ホームページをご確認ください。

【会場までの地図】

上尾市プラザ22 (ライオンズタワー上尾内)

上尾市谷津2-1-50

上尾駅西口より140m 徒歩3分

※入口はモンシェリー通り側にあります。

<車でお越しの方>

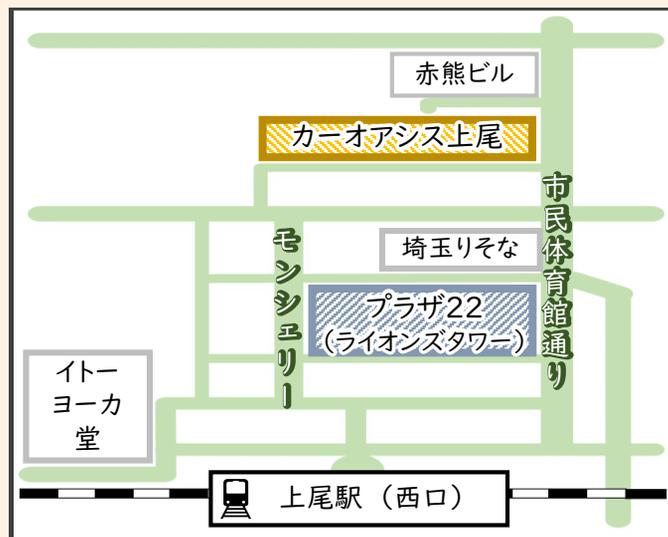
「カーオアシス上尾 西口大駐車場」をご利用ください。

2時間までの無料券がご利用できます。

※駐車券を忘れずにお持ちください

<自転車でお越しの方>

近隣の駐輪場をご利用ください。



【お問い合わせ先】

高齢介護課 地域支援室 (TEL:775-4190) または、お近くの地域包括支援センターへ

○ 各地域包括支援センターの連絡先

① 上尾東地域包括支援センター	778-4800	② 上尾西地域包括支援センター	778-2711
③ 上尾南地域包括支援センター	777-3301	④ 平方地域包括支援センター	726-6504
⑤ 原市南地域包括支援センター	720-2502	⑥ 原市北地域包括支援センター	720-0022
⑦ 大石東地域包括支援センター	777-4201	⑧ 大石西地域包括支援センター	789-5077
⑨ 上平地域包括支援センター	778-5132	⑩ 大谷地域包括支援センター	780-6363