

# 人とつながる場所へ でかけよう♪

～認知症フレンドリーカフェとチームオレンジのご紹介～

## 認知症フレンドリーカフェとは？

認知症とともに生きる人(ご本人)や家族、友人、子どもから大人まで、地域で暮らす誰もが訪れることができる**開かれた場所**です。

## チームオレンジとは？

認知症があってもなくても、チームのメンバーの誰もがその個性と能力を十分に発揮し、**尊重し合いながら役割をもって活動する取り組み**です。

### 記号の見方

このリーフレットでは、各場所の基本情報や活動内容を記号で紹介しています。

### 基本情報

 フレンドリーカフェ  チームオレンジ  要予約  事前予約  
 会場  連絡先  開催日時  参加費

### 活動内容

※該当するものは青色で表記されます。



**対話**  
認知症に関する悩みの共有や相談



**交流**  
地域の方や医療介護等の専門職とつながる



**レクリエーション**  
楽しい活動や体を動かす活動



**学び**  
認知症に関する講座や情報提供



時間・場所等の変更や休止をしている場合があります。  
ご参加いただく際は、事前に参加したい場所にお問い合わせの上お出かけください。

発行元

板橋区 生涯活躍推進課 認知症施策推進課係  
☎03-3579-2399

## 板橋地区

### 板橋文化会館前 パナカフェ 要予約

どなたでもお気軽にお立ち寄りください。  
お待ちしております！

- 🏠 大山東町53-10 パナソニックエイジフリー城北  
☎ 03-5943-9888(浅賀)  
🕒 毎月第2水曜11:30~14:00  
💰 200円

### オレンジカフェ ひまわり

地域とつながり『楽しく集い楽しく過ごす』  
月替わりカレーを提供

- 🏠 弥生町26-6 弥生会館1階  
☎ 03-6905-6246(佐々木)  
🕒 毎月第3土曜11:00~13:00  
💰 300円

### オレンジ調剤喫茶 要予約

午前と午後の2部制で開催  
子どもから大人まで自由にご参加ください☆

- 🏠 仲宿50-1 そんぽの家S板橋仲宿  
☎ 03-5944-3481(柿崎)  
🕒 毎月第2もしくは第3土曜  
10:00~11:00・14:00~15:00  
💰 無料(開催内容により材料費代)

### けやきCafé

ちょっと一息！どなたでも大歓迎です。  
介護に関するお困りごとのご相談も承っています。

- 🏠 大山金井町21-6  
リハビリホームグランド大山  
☎ 03-5917-3150(山本)  
🕒 毎月第2水曜14:00~16:00  
💰 無料

### サロン・ド・カフェ加賀

どなたでも美味しいコーヒーとお菓子を  
楽しみながらゆっくりとくつろげます。

- 🏠 加賀1-3-1 シルバーピア加賀  
☎ 03-5248-2661(君塚)  
🕒 毎月第3水曜14:00~15:30  
💰 無料

### つくしんぼ茶房

認知症の方もそうでない方も  
ともに楽しめる茶房です。

- 🏠 大山西町70-10 つくしんぼ会  
☎ 03-3958-1165(青木)  
🕒 毎月1回木曜日(開催週は不定期)  
14:00~16:00  
💰 100円

### ほのぼのカフェ

おとセン体操・音楽会・おしゃべり交流しています。  
一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

- 🏠 中丸町27-11 中丸集会所2階  
☎ 070-5598-2882(徳田)  
🕒 毎月第2・4月曜  
13:30~15:30  
💰 100円

### みんなの認知症カフェ カウピリカフェ

気軽な話題から具体的な相談まで、  
専門職在中の明るいカフェです！

- 🏠 仲町1-4 クローバーのさと  
☎ 03-3957-1098(安井)  
🕒 奇数月第3水曜 偶数月第3木曜  
14:00~15:00  
💰 100円※認知症サポーターは無料

### 遊座健幸カフェ

お茶やお菓子を囲んで、  
地域のみなさんと気軽に過ごせる場です♪

- 🏠 大山東町25-12  
おおやま健幸の街クリニック  
☎ 03-4405-3519(奈良・小原)  
🕒 毎月第3水曜 14:00~16:00  
💰 300円

### ヨウコー陽だまりカフェ 要予約

どなたでもお気軽に立ち寄り簡単なダンスや  
レクリエーションもできる楽しいカフェです！

- 🏠 板橋1-10-14 A教室  
ヨウコーケアカレッジ板橋本校  
☎ 03-5944-2580(遠藤・青山)  
🕒 毎月1回 木曜(要問合せ)  
13:30~15:30  
💰 100円

## 上板橋地区

### かけはし喫茶



多世代交流もできる集いです。食べたり、運動したり一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

- 🏠 向原3-7-7 コーシャハイム向原7号棟  
☎ 03-5917-0753 (奥平・小林)  
🕒 毎月第2水曜 14:00~15:00  
💰 無料



### がじゅまる



専門職による栄養指導・リハビリ体操・アドバイスを実施しています。

- 🏠 前野町3-46-3  
板橋ロイヤルケアセンター  
☎ 03-5915-2677(小林)  
🕒 奇数月第4土曜14:00~16:00  
💰 無料



### ぐうにいずカフェ



元気な方も認知症が気になる方も  
軽食・カラオケ・ゲームなどのプログラムです。

- 🏠 西台4-8-13 ヒラタビル1階  
☎ 090-6496-1187(平田)  
🕒 毎週 月・土曜 11:00~14:00  
💰 300円(軽食付き)



### ケアラズカフェさくら



薬局の薬剤師と管理栄養士が認知症や健康に関するお話をしたり、聞いたりします。

- 🏠 大谷口上町28-11 さくら薬局本店  
☎ 03-3957-1122  
🕒 奇数月第2金曜15:00~16:00  
💰 無料



### けやき庵



月に一度の楽しみと思ってもらえるような  
カフェをめざします。

- 🏠 桜川2-10-7 ケアセンターけやき  
☎ 03-5922-6322(平井)  
🕒 毎月10日 14:00~16:00  
💰 100円



## たつの子森のサロン



茶話会、体操、ゲーム、手芸などを楽しみ、  
福祉相談も行います。ケアマネ、相談員等も参加。

- 🏠 常盤台3-24-1  
たつの子ライフサービス  
☎ 03-3960-9058(山崎・飯野)  
🕒 毎月第2日曜10:30~12:00  
💰 100円



## メモリーカフェ



コーヒーを飲みながら  
おしゃべりを楽しみましょう。

- 🏠 東新町2-18-2 かかわる会・とうしん  
☎ 090-9843-9430(佐々木)  
🕒 毎週木曜 13:30~15:30  
💰 200円



## 志村地区

### こねこ・サロン&認知症カフェ



「どなたも」「きがるに」「きままに」楽しく  
おしゃべりや体操・作品作り・学びをしませんか？

- 🏠 志村3-26-15 花のまる  
☎ 03-5970-4337(石川・大澤)  
🕒 毎月第3木曜 14:00~16:00  
💰 無料



### 清水前野チームオレンジ



本人、住民及び専門職・各サポーターが毎回  
趣向を凝らして楽しい会にしています。

- 🏠 前野町1-20-1 前野町第二住宅集会所  
☎ 03-3558-6500(清水おとしより相談センター)  
03-5915-2636(前野おとしより相談センター)  
🕒 毎月第4月曜 14:00~15:00  
💰 無料



### チームオレンジ オレンジのロバ



認知症の症状があってもなくても地域の交流を  
深め、新しい認知症観を学びあいます。

- 🏠 蓮根2丁目 おらほの家(要問合せ)  
☎ 090-8809-6190(川村)  
03-6337-0430(訪看S共茂吉田)  
🕒 毎月第2日曜 14:00~16:00  
💰 200円



## ひるカフェ 要予約



お花が大好きな方はぜひ！！  
初心者の方でも楽しく出来ます！

- 🏠 小豆沢2-17-1 ヒルマ薬局
- ☎ 03-5970-2911(比留間)
- 🕒 毎月第4土曜 15:00~17:00
- 💰 500円



## 成増元気カフェ 要予約



認知症の方も認知症でない方も  
一緒に楽しめる居場所です。

- 🏠 成増3-34-21 成増三丁目集会所
- ☎ 090-8055-7781(陶山)
- 🕒 毎月第2・4水曜15:00~16:30
- 💰 無料



## 陽ちゃん家カフェ



脳機能活性化プログラムが好評。  
介護・心理・運動の専門職も常駐。

- 🏠 宮本町6-12 地域コミュニティスペース
- ☎ 090-4935-2401(樋口)
- 🕒 毎月第1・3火曜日(祝日を除く)  
10:00~12:00
- 💰 無料



## 高島平地区

### 高島平ココからステーション



健康長寿医療センターが運営する  
ココロとからだのお休み処です。

- 🏠 高島平2-32-2-105
- ☎ 03-6909-7645
- 🕒 毎週月・水・金曜、毎月第2・4土曜  
(祝日除く) 11:00~16:00
- 💰 無料



## 赤塚地区

### カフェひびき



毎週オープンしています。  
気楽にお立ち寄りください。

- 🏠 徳丸6-13-18
- ☎ 03-6313-6356(秋元)
- 🕒 毎週金曜11:30~13:30
- 💰 ランチ付き1000円(会員800円)



### チームオレンジ高島平



脳トレ・筋トレ・ランチ・農園を通し、  
季節を味わい、時の流れを楽しみます。

- 🏠 高島平2-32-2-1階
- ☎ 080-8718-3882(齊藤)
- 🕒 毎週月・火曜  
11:00~16:30(祝日休み)
- 💰 700円(食事代)



### くじらハウス



出会いを大切に。お子様連れの方も認知症の  
方とご家族も誰もが立ち寄れる居場所です。

- 🏠 赤塚7-26-7
- ☎ 050-5538-3068
- 🕒 毎週月・木曜10:00~16:00
- 💰 講座100円・ランチ会300円



### カフェイースト



地域で、皆で認知症を知り  
手を携えて暮らしましょう。

- 🏠 高島平2-29-1 Eラウンジ
- ☎ 03-5922-5661(高島平おとしより相談センター)
- 🕒 毎月第4金曜 14:00~16:00
- 💰 100円



### たんぽぽカフェ



美味しいコーヒーを飲みながら  
ゆっくり気軽に話せる場所です。

- 🏠 成増4-14-18 ケアタウン成増
- ☎ 03-3939-0678(豊嶋・那須)
- 🕒 毎月第3日曜 13:30~15:30
- 💰 200円



### リラクゼーションカフェ杜の庭



飲み物はお替り自由でお菓子付きです。  
認知症に関する相談も行っています。

- 🏠 成増5-6-3 みどりの杜
- ☎ 03-5383-2772(榎下町)
- 🕒 毎月第4土曜14:00~15:30
- 💰 200円

