

7 交流したい

(1) 地域で活動や参加ができる場所

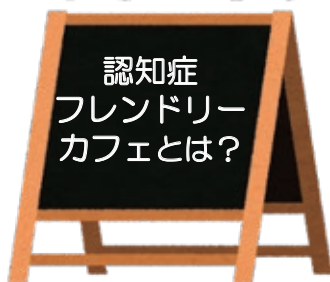
一般介護予防事業	65歳以上のすべての方が対象 区内施設で実施	※冊子「健康長寿いたばし」を ご覧ください
介護予防・生活支援 サービス事業	短期集中通所サービス（元気力向上教室）および 住民主体型の通所型サービス事業 元気力チェックシートで元気力（生活機能）の低下 があった方、要支援認定を受けた方	お住いの地域の おとしより相談センターへ
地域の自主グループ、 サロン	地域支えあいグループ、福祉の森サロンなどの地域 の人が集まり、体操やレクリエーション、茶話会な どをおこなう交流の場	
ふれあい館	ロビー、娯楽室、浴室などが設けられ、地域の趣味 やレクリエーションを楽しむ施設（一部有料） 対象は60歳以上で利用登録をした方	各施設へ
高島平ココから ステーション	どなたでも入れる地域の交流の場 運営：地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター 月水金曜・第2・4土曜 午前11時～午後4時 認知症当事者の会は月1回土曜開催	場所：高島平 2-32-2-105 ☎ 6909-7645 （開設時間のみ）

(2) その他の事業

ウェルネス（介護予防） 活動推進団体支援事業	65歳以上で定期的に活動している団体が対象。 登録により、活動場所や活動内容の相談ができます。	おとしより保健福祉センター 介護予防係 ☎ 5970-1117
---------------------------	--	---------------------------------------

(3) 認知症フレンドリーカフェ

認知症 フレンドリーカフェ	認知症の方やご家族、どなたでも気軽に立ち寄りくつ ろげる場所。認知症ミニ講座や認知症相談会、レクリ エーションなどを通じて認知症への理解を深めます。	おとしより保健福祉センター 認知症施策推進係 ☎ 5970-1121
------------------	--	--



Q. 誰が参加できるの？ 認知症の人以外も入れるの？

A. 認知症の方だけでなく地域で暮らす誰もが参加できます。
認知症の方やご家族が参加しやすいような雰囲気づくりがなされています。

Q. どんなことをやっているの？

A. 医療・介護の専門職による認知症に関するミニ講座や、ゲームなど様々な活動により認知症に関する理解を深めます。認知症やもの忘れへの不安や悩みの共有や相談もできます。ただくつろぎに来る方もいらっしやいます。

Q. どこにあるの？

A. 区内に29か所あります。（令和5年9月現在）
詳細はリーフレット「ようこそ！いたばし認知症フレンドリーカフェ」で紹介
しています。お住いの地域のおとしより相談センターやおとしより保健福祉
センターにて配布しています。

※開催場所や時間を変更・中止している場合があります。
ご参加される際は事前に各カフェへお問合せください。

とあるカフェの1日（Aカフェ）

9:50～ 受付
10:00～ 談笑
11:00～ 医師によるミニ講座「認知症と医療」
11:30～ 談笑
12:00 解散

とあるカフェの1日（Bカフェ）

9:50～ 受付
10:00～ 脳トレゲーム
11:00～ 認知症に関する情報提供
11:30～ 談笑
12:00 解散

