

カフェイースト

高島平地区

「認知症でも認知症でなくても」地域とつながり共に語り合える場です!

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



高島平ココからステーション

高島平地区

東京都健康長寿医療センターが運営するココロとからだの休み処です。

🏠 高島平2-32-2-105
☎ 6909-7645/3964-3241(内線4220)
🕒 月・水・金、第2・4土曜 11:00~16:00
(本人会・家族会 第3土曜14:30~15:00) 無料



各案内の詳細については板橋区ホームページをご確認ください。

相談したい!

おとしより相談センター(地域包括支援センター)

高齢者やその家族を支援するための総合相談窓口です。認知症予防、もの忘れ、医療機関の受診や認知症介護者へのアドバイス等、ご本人やご家族、地域の方からの様々な相談をお受けします。お住まいの地域によって担当するセンターが異なりますのでホームページ等でご確認ください。



(おとしより相談センター)

認知症ケアパス

認知症に関する知識やサービス・支援の早見表、認知症の気づきチェックリスト、認知症の本人に向けたページ、医療機関・施設情報、地域の取り組みの紹介等が掲載されています。おとしより保健福祉センター、おとしより相談センター等で配布しています。



二次元(QR)コードからもダウンロードすることができます。

認知症についてもっと知りたい!

いたばし認地笑かるた



かるたで遊びながら認知症を楽しく、正しく学びませんか?読み句は区民の皆様からご応募いただき認知症サポーターのひろばで選定しました。絵札は、板橋区立赤塚第二中学校の有志の生徒が作成しました。おとしより保健福祉センターで貸し出しを行っています。

ようこそ!いたばし

フレンドリー

認知症カフェ

認知症カフェとは?

認知症とともに生きる人(ご本人)やご家族が気軽に立ち寄れます

若者も大人も、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

記号の見方

このリーフレットでは、各認知症カフェ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

🏠 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。



活躍
参加者にも役割があります



対話
認知症に関する悩みの共有や相談等



趣味、運動
楽しい活動や体を動かす活動



交流
地域の方や医療介護等の専門職とつながる



いこい
雑談をしてくつろぎます



学び
認知症に関する講座や情報提供



休止をしている場合や、時間・場所等を変更している場合があります。ご参加いただく際は、事前に各認知症カフェまたはおとしより保健福祉センターへお問い合わせください。

文化会館前 パナカフェ 板橋地区

どなたでもお気軽にお立ち寄りください。

🏠 大山東町53-10
☎ 5943-9888
🕒 第2水曜11:30~14:00 📌 100円

ケアラズカフェさくら 上板橋地区

健康や食事など、気になっていることを
気楽に語り合ってください。

🏠 大谷口上町29-8 ☎ 5995-5683
🕒 奇数月第2金曜 15:00~16:00
📌 無料

メモリーカフェ 上板橋地区

ぶらっと立ち寄れる居場所を目指しています。

🏠 東新町2-18-2 たまりば・とうしん
☎ 090-9843-9430
🕒 木曜13:00~15:00 📌 200円

たんぽぽカフェ 赤塚地区

気軽に話せてホッとできる場所。ゆっくりお茶を
飲みながら地域の情報交換をしましょう。

🏠 成増4-14-18
☎ 3939-0678(成増おとしより相談センター)
🕒 第2水曜13:30~15:30 📌 150円

ほのぼのカフェ 板橋地区

認知症の正しい情報の共有と認知症になっ
ても普通に暮らせる地域に!!

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

レインボーカフェ 上板橋地区

不定期ですが開催しております。お問い合
わせの上ぜひご参加ください!

🏠 向原3-7-7コーシャハイム向原7号棟
☎ 5917-0753
🕒 不定期開催 📌 無料

陽ちゃん家カフェ 志村地区

「元気に楽しく暮らすヒントが見つかる
場所」を目指します!

🏠 宮本町6-12
☎ 090-4935-2401
🕒 第1・3火曜10:00~12:00 📌 無料

成増元気カフェ 赤塚地区

認知症予防について、楽しく話し合っています。

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

つくしんぼ茶房 板橋地区

認知症の方とその介護をする家族のための
茶房です。安らぎの場としてご利用ください。

🏠 大山西町70-10-3階
☎ 3958-1165(青木)
🕒 第3木曜14:00~16:00 📌 100円

サンライズ・カフェ 上板橋地区

施設開催の特性を存分に取り入れた他では
体験できないアクティビティを提供!

🏠 向原1-5-15
☎ 6909-3685(岩原)
🕒 第1・3月曜14:00~16:00 📌 500円

こねこ・サロン&認知症カフェ 志村地区

買い物の帰り、オフロの前に「どなたもきがるに
きまみにきてね」楽しくおしゃべりしませんか?

🏠 志村3-26-15
☎ 5970-4337
🕒 火曜(事前問合せ必須) 📌 200円

カフェひびき 赤塚地区

ケア疲れを癒したり、介護の悩みを軽減でき
ればと思っています。

🏠 徳丸6-13-18
☎ 6313-6356
🕒 第4土曜13:00~15:00 📌 300円

オレンジカフェひまわり 板橋地区

地域住民の交流が中心の緩やかなカフェ
です。手作り昼食を提供しています。

🏠 弥生町26-6 弥生会館1階
☎ 6905-6246
🕒 第3土曜11:00~13:00 📌 300円

たつの子森のサロン 上板橋地区

「くつろげる」「相談しやすい」「楽しい」場所
になるよう運営しています。

🏠 常盤台3-24-1
☎ 3960-9058
🕒 第2日曜10:30~12:00 📌 100円

ひるカフェ 志村地区

家にお花のある暮らししてみませんか?
男性の方も参加歓迎です。

🏠 小豆沢2-17-1 ヒルマ薬局
☎ 5970-2911
🕒 第4土曜15:00~16:00 📌 体験500円

ゆずり葉 高島平地区

認知症当事者とその家族の方を地域の皆さ
んで支え、学ばせて頂く場です。

🏠 高島平8-4-8
☎ 080-8718-3882
🕒 月・火・土・日曜12:00~17:00 📌 無料

みんなの認知症カフェカウピリカフェ 板橋地区

誰でも気軽に立ち寄れてちょっとした相談に
もしっかりとお答えできる専門職がおります。

🏠 仲町1-4 ☎ 3957-1098
🕒 第3水曜14:00~15:30
📌 100円(認知症サポーターは無料)

ぐうにいず元気クラブ 上板橋地区

保健師がいつもいて健康や介護の相談に
も乗ってくれます。

🏠 西台4-8-13
☎ 090-6496-1187
🕒 月・木・土曜13:00~15:30 📌 300円

認知症カフェオレンジのロバ 志村地区

誰でも認知症の可能性。他人ごとではなく
地域の未来は自分ごと。

🏠 坂下2-18-1 蓮根地域センター(要確認)
☎ 090-3314-3094(会田)
🕒 第2日曜14:00~16:00 📌 100円

もりもりカフェ 高島平地区

カフェをしながら交流が図れる会となっ
ています。お気軽にご参加ください。

🏠 高島平5-31-8
☎ 5968-5201
🕒 第2土曜13:30~15:00 📌 無料

くんちゃんず Café 板橋地区

地元板八小、板四中で育った者がお待ちし
ています。昔懐かしいお話沢山しましょう!

🏠 双葉町40-9 ☎ 6789-2001
🕒 第1・3金曜14:00~16:00
📌 コーヒー・紅茶400円

グリーンカフェ 上板橋地区

おいしい珈琲を飲みながら情報交換、
運動をして楽しみましょう。

🏠 前野町5-9-3
☎ 5994-5930(白井)/5994-5926(立石)
🕒 計画中 📌 計画中

赤ニコカフェ 赤塚地区

カフェはじめて早8年。メンバー変わらず元気!
その秘密いっぱいのカフェ。

🏠 赤塚2-9-9
☎ 3938-5931(並木)
🕒 第3月曜13:00~15:00 📌 200円

リラクゼーションカフェ杜の庭 高島平地区

認知症の方やそのご家族、地域の皆様が
のんびり過ごせるカフェです。

🏠 成増5-6-3
☎ 3939-1101(三園おとしより相談センター)
🕒 計画中 📌 100円

ドーマーときわ台Café 板橋地区

地域の皆様のかけ橋となるような、誰でも
気軽に立ち寄れるカフェ。

🏠 富士見町31-17
☎ 5943-8531(小山)
🕒 第4月曜14:00~16:00 📌 100円

オレンジカフェこもね 上板橋地区

医療職によるミニ講話やコグニサイズを
取り入れた体操を実施。

🏠 小茂根4-11-11 東京武蔵野病院
☎ 3959-7485(桜川おとしより相談センター)
🕒 第3水曜15:00~16:00 📌 無料

くじらハウス 赤塚地区

地域での出会いを大切に!
誰もが気軽におしゃべりできるカフェです。

🏠 赤塚7-26-7 ☎ 5922-3560(泉谷)
🕒 第4木曜14:00~16:00
📌 50円(飲物代)

休止をしている場合や、時間・場所等を変更している
場合があります。
ご参加いただく際は、事前に各認知症カフェまたは
おとしより保健福祉センターへお問い合わせください。