令和7年9月発行

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ダ大山
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れ簡単なダンスや
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)

ケアラーズカフェさくら

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 かかわろ会・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場
- 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

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 地域コミュニティースペース
- 090-4935-2401(樋口)
- 毎月第1・3火曜日(祝日を除く)
  10:00～12:00
- 無料

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)

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

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

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

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

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)

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

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(椹下町)
- 毎月第4土曜14:00～15:30
- 200円