

練馬区

ようこそ！認知症カフェへ



認知症カフェは、認知症の方とその家族、
また認知症に関心のある方など、どなた
でも参加できる場です。

一緒に楽しく、
お話ししましょう！



どなたでも大歓迎！

会場は変更する場合がありますので、参加される場合は
各会に直接ご連絡ください。

最新の情報は区ホームページをご覧ください



1

認知症を考える カフェ練馬

認知症に関わってきた医療従事者や介護職などによる、認知症への理解を深めるために様々な講演や意見交換会を開催しています。



区民・産業プラザ

練馬1-17-1

練馬駅中央口から徒歩1分



第2木曜日

9:30～12:00



090-7635-0300

担当 仲田



300円

練馬

2

本人ミーティング しゃべり場

認知症の人も認知症でない人も自分の言葉で語り合える、楽しい時間を過ごす場です。



街かどケアカフェさくら

桜台1-22-9

桜台駅北口から徒歩8分



第2火曜日

14:00～15:00



03-5946-2311

担当 桜台地域包括支援センター



無料

練馬

3

オレンジカフェ てくてくのかい

てくてくと街歩きをしながらお話しをします。



街かどケアカフェさくら

桜台1-22-9

桜台駅北口から徒歩8分



第4火曜日

14:00～15:00



03-5946-2311

担当 桜台地域包括支援センター



無料

練馬

4

夢見草の会 (ゆめみぐさのかい)

練馬バプテスト教会のパイプオルガン演奏を聴いて、お茶を飲みながら歓談します。



練馬バプテスト教会

桜台5-18-3

練馬駅中央口から徒歩10分



第3金曜日

14:00～15:00



03-5946-2311

担当 桜台地域包括支援センター



無料

練馬

凡例



会場



日時



申込など



費用

5

オレンジカフェ ゆとりろ

人と話す機会が減っている方やもの忘れの心配を抱えている方、その家族などを対象にしています。ミニ講座なども企画しています。



中村橋区民センター

(2階会議室1・2)

貫井1-9-1

中村橋駅北口から徒歩5分



第3金曜日

14 00～15 00



03-3577-8815

担当 中村橋地域包括支援センター



無料

練馬

6

オレンジカフェ はればれ

お家のような雰囲気の中でゆったりと自分の思いを伝えることが出来る憩いの場となっています。ひとと話したいと思ったかた、お待ちしております。



ふろしき・ねこの手

向山2-3-7

中村橋駅から徒歩15分もしくは

豊島園駅から徒歩10分



第4火曜日

14 00～15 00

8月、祝日はお休み



03-3577-8815

担当 中村橋地域包括支援センター



無料

練馬

7

オープンドア・プロジェクト オレンジカフェ @マクドナルド中村橋店

認知症のある人の「出会いたい」「話したい」を大切にしながら地域のみなさんが交流するカフェです。



マクドナルド中村橋店

中村北3-22-9

中村橋駅南口から徒歩2分



毎月最終木曜日

※店舗都合により変更の場合あり

10 00～11 30



03-5984-4597

※開始日の6日前までに申込

担当 在宅介護支援係



1人1品以上の注文

練馬

8

認知症カフェ ホワイエえこだ

認知症の方や家族、地域の方が気軽に集い、認知症についてのミニ講座を聴いたり、様々な思いを語り交流します。



ホワイエえこだ

旭丘1-33-10

江古田駅南口から徒歩10分



第2水曜日(奇数月)

13 30～15 30



03-5367-8853

※火曜・金曜の10～15時

担当 伊藤、上原



200円

練馬

凡例



会場



日時



申込など



費用

9 よろずほっとホット

「住み開き」のアットホームな雰囲気、シニア世代が集いよろずの情報を交流し合い、ほっと心休まる語らいから、ホットな活動へ発展させるパワーを、アップしましょう！



宮本宅
高松1-4-9



第2・4金曜日
13 00～15 00

練馬春日町駅5番口から徒歩15分



090-3878-3212
担当 宮本



200円

光が丘

10 オレンジカフェアリス

音楽やおしゃべりを楽しみながら、住み慣れた地域で自分らしく安心して住み続けることを目指しています。



NPOむすび
光が丘3-9-3 外階段2階
光が丘駅A5番口から徒歩5分



毎週月曜日
10 00～12 00

祝・祭日はお休み



03-6904-3275
担当 齋藤



100円

光が丘

11 なないろカフェ

コーヒーやお茶を飲み、お菓子を食べながら、楽しくおしゃべりしませんか？



第3育秀苑地域交流室
土支田1-31-5



毎2火曜日
10 00～11 30

祝・祭日はお休み



03-6904-0105
担当 第3育秀苑デイサービス
センターレインボー



100円

光が丘

12 オレンジカフェたがら

認知症のある方とご家族、地域の方が集い、だれもが活躍できる場を共に作ります。



田柄特別養護老人ホーム
田柄4-12-10
光が丘駅から徒歩15分



ホームページ参照
<https://www.nerima-swf.jp/office/news/?office=14>



03-3825-1551
担当 田柄特別養護老人ホーム



要問合せ

光が丘

凡例



会場



日時



申込など



費用

13 練馬のみどりで森林浴

認知症の方やそのご家族と森林浴を行っています。
身近にある公園を2時間ほどゆったりと歩きながら
やさしい時間をお過ごしください。



区内の公園

(石神井公園、光が丘公園)



ホームページ参照

<https://co-morebi.com/>



090-1761-7866

担当 上野



要問合せ

石神井・光が丘

14

オレンジカフェ えんがわ

認知症への理解を深めたい方、分かり合える家族
と出会いたい方、認知症でも楽しめる場所を探し
たい方などのご縁を結ぶ場です。



慈雲堂病院C棟5階

関町南4-14-53

武蔵関駅南口から徒歩15分



第4土曜日

13 00～15 00



03-3928-6511

担当 雄谷



100円

石神井

15

メンズカフェ ふれんどり～

メンズのためのメンズによるメンズカフェです。
マスターは若年性認知症の当事者です。おひとり
おひとりにおいしいコーヒーを提供します。



ほのぼの館 関

(相談情報ひろば)

関町北3-27-1-101武蔵関サープラス1階
武蔵関駅南口から徒歩6分



第1火曜日

10 30～15 00



03-5903-8381

担当 村瀬



無料

石神井

16

オレンジカフェ 金のまり

現在は「オレンジミーティング」として10人程
度が集まり、学習会をしています。今後、講演会
やグループディスカッションなども行う予定です。



デイサービス金のまり

石神井台8-8-8

大泉学園駅南口からバスで西村へ



第2日曜日

11 00～13 00



03-6766-8660

担当 廣島



無料

石神井

凡例



会場



日時



申込など



費用

17 ゆっくりカフェテラス

施設駐車場やグループホームのフロアを開放して実施しています。飲み物やお菓子を提供します。入居者が店員として主体的に動きます。



優っくり村石神井台沼辺

石神井台2-7-5

石神井公園駅北口からバスであだご端へ



不定期開催

13 30～15 30



03-5923-7117

担当 小谷



200円

石神井

18 ぎんなんの会

もの忘れが気になったり、外出の機会が少ない方が、お茶を飲みながらおしゃべりしたり、レクレーションで楽しく過ごします。



街かどケアカフェ

いちよう

高野台5-24-1

石神井公園駅北口から徒歩5分



第2火曜日

10 30～11 30



03-6913-1515

担当 高野台西地域包括支援センター



無料

石神井

19 虹のカフェ大泉



多世代交流の居場所です。区別や差別はいたしません。どなたでも楽しくお過ごしください。各月最終週は別会場で行っております。



大泉特別養護老人ホーム
デイ食堂

東大泉2-11-21

大泉学園駅北口から徒歩15分



毎週水曜日（各月最終週除く）

14 00～16 00



03-5387-2201

担当 大泉特別養護老人ホーム



100円

大泉

20 サンライズすまいる

介護予防講座を実施しています。時にはサンライズ大泉（特別養護老人ホーム）の職員が講師となり、介護や健康に関する情報をお伝えします。



サンライズ・サーカス

西大泉4-20-17

大泉学園駅北口からバスで久保新田へ



第3月曜日

14 00～16 00



03-5935-7401

担当 西村



変動あり

大泉

凡例



会場



日時



申込など



費用

練馬区 認知症カフェ 開催カレンダー

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
第1週	⑩アリス	⑮ふれんど り～	⑲虹のカフェ 大泉				
第2週	⑩アリス	②しゃべり場 ⑪なないろカ フェ ⑱ぎんなんの 会	⑧ホワイエ えこだ※ ⑲虹のカフェ 大泉	①認知症を 考える カフェ練馬	⑨よろずほと ット		⑯金のまり
第3週	⑩アリス ⑳サンライズ すまいる		⑲虹のカフェ 大泉		④夢見草の会 ⑤ゆとりろ		
第4週	⑩アリス	③てくてくの 会 ⑥はればれ		⑦オレンジカ フェマクドナ ルド中村橋店	⑨よろずほと ット	⑭えんがわ	

※⑧ホワイエえこだ：奇数月の第2水曜

気になるところに
参加してみましょう！



認知症カフェ 会場マップ



高齡者支援課在宅介護支援係 電話 5984-4597

令和8年10月発行