

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 てくてくの会

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。ひとと話したいなと思ったかた、お待ちしています。



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

## 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

8

## 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

## 9 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

## 10 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、ほっと心休まる語りから、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  
練馬春日町駅5番口から徒歩15分



第2・4金曜日

13:00～15:00



090-3878-3212

担当 宮本



200円

光が丘

## 11 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

## 12 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

凡例



会場



日時



申込など



費用

13

## 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

14

## 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。



優つ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

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

## 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

凡例



会場



日時



申込など



費用

## 17 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下さい。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

## 18 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

## 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	⑨アリス	⑮ふれんどり～	⑰虹のカフェ大泉				
第2週	⑨アリス	②しゃべり場 ⑯ぎんなんの会	⑦ホワイエえこだ※ ⑰虹のカフェ大泉	①認知症を考える カフェ練馬	⑩よろずほっと ホット		⑬金のまり
第3週	⑨アリス ⑱サンライズ すまいる		⑰虹のカフェ大泉		④夢見草の会 ⑤ゆとりろ		
第4週	⑨アリス	③てくてくの会 ⑥はればれ			⑩よろずほっと ホット	⑪えんがわ	

※⑦ホワイエえこだ：奇数月の第2水曜

凡例



会場



日時



申込など



費用

# 認知症カフェ 会場マップ



令和8年5月発行