

# 認知症カフェを 知っていますか

認知症カフェを  
知っていますか



社会福祉法人 浴風会  
認知症介護研究・研修東京センター

所在地 〒168-0071  
東京都杉並区高井戸西1-12-1  
TEL 03-3334-2173 FAX 03-3334-2718  
e-mail : tokyo\_dcrc@dcnet.gr.jp

## 日時・場所

2016年3月17日(木) 13:30~16:00  
社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター2階 大会議室

## 主催

社会福祉法人 浴風会 認知症介護研究・研修東京センター

## 後援

杉並区、世田谷区、杉並区社会福祉協議会、杉並区医師会、  
杉並区居宅介護支援事業者協議会、杉並介護者応援団

# 認知症カフェを 知っていますか

## ●プログラム●

[2016年3月17日(木) 13:30～16:00]

13:30 開会（開場 13:00）

13:40～14:20 講演「認知症カフェの意義と地域での役割について」  
認定特定非営利活動法人 語らいの家 代表理事  
坪井 信子

14:20～15:00 講演「地域の認知症カフェの活動について」  
特定非営利活動法人 杉並介護者応援団 理事長  
北原 理良子

15:00～15:15 休憩

15:15～15:55 講演「初期認知症への気づきと生活支援について」  
株式会社 すずらん 代表取締役 今井 康明

16:00 閉会

- 会場 社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター  
2階大会議室
- 主催 社会福祉法人 浴風会 認知症介護研究・研修東京センター
- 後援 杉並区、世田谷区、杉並区社会福祉協議会、杉並区医師会、  
杉並区居宅介護支援事業者協議会、杉並介護者応援団

## 認知症カフェの意義と地域での役割について



認定NPO法人 語らいの家  
代表理事 坪井 信子  
平成28年3月17日

認知症カフェとは

「認知症の人と家族、地域住民、専門職など  
誰もが気軽に参加でき集う場」



## いつ頃からどこで始まったのでしょうか？ その歴史について

5,6年前 オランダでは「アルツハイマーカフェ」  
現在すでに200ヶ所



イギリスでは「メモリーカフェ」



目的 - 認知症の人が閉じこもりにならないように  
→ 地域に出かけましょう。



地域に安心してすごせる、だれでも気軽に参加できる「場」ができた

## 日本での取り組み

4, 5年前から「認知症カフェ」ができ始める  
最近急速に増加している。現在全国で600ヶ所くらい

その背景 - 平成27年1月厚生労働省より

「新オレンジプラン」が発表される  
基本方針 「認知症の人が自分らしく暮らし続ける」こと  
基本的な考え 「認知症の人の意思が尊重され、できる  
限り住みなれた地域のよい環境で自分  
らしく暮らし続ける社会の実現を目指す」

## 認知症とともに暮らす社会へ

新オレンジプラン<sup>7つの柱</sup>

1. 認知症についてよく知りましょう（普及・啓発）
2. 認知症の症状に応じた適切な医療・介護の提供
3. 若年性認知症の理解と施策の強化
4. 認知症の人の介護者への支援
5. 認知症の人・高齢者にやさしい地域づくりの推進
6. 認知症の予防・診断・治療・リハビリ等の研究開発や成果の普及推進。
7. 認知症の人やその家族の視点に立った取り組み

## 高齢者人口と認知症の人との関係

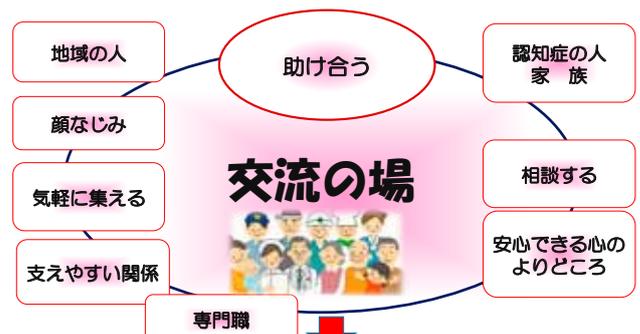
2015年	全国462万人 + 400万人MCI（予備軍）、 高齢者人口の約25%（認知症率）
2025年	全国700万人位 + MCI同数位、 高齢者人口の約33%（認知症率）
世田谷区	認知症の人約2万人、MCI（予備軍）を含むと約4万人（高齢者人口17万8千人） 高齢者人口の11%、MCIを含むと22%（認知症率）
杉並区	認知症の人が約1万1千人（人口54万 高齢化率20% 高齢者人口11万人） 高齢者人口の10.5%

★推測→都市部のほうが高齢化率は低い、認知症発症率も低いであろう

## 「認知症カフェ」 地域での役割

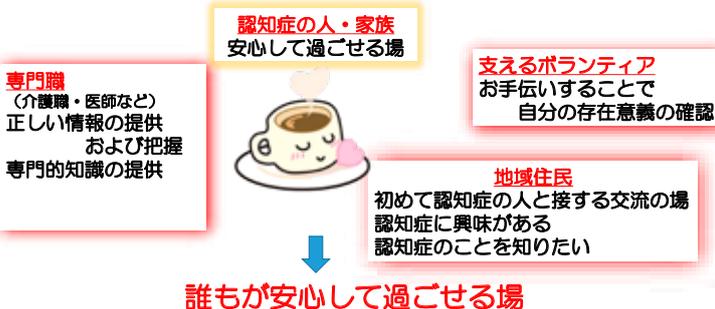
地域の方がカフェに参加することで

- ✓ 認知症の人と交流できる。顔なじみになれる。助け合う。相談しやすくなる。
- ✓ 気軽に集えるようになる。
- ✓ 認知症の人や家族を支えやすくなる。
- ✓ 認知症の人や家族にとって安心できる心のよりどころになる。



結果、認知症の人が地域で過ごしやすく暮らしやすくなる

## どんなところなのでしょう？      どんな人が集まっているのでしょうか？ カフェとは特別な場所ではありません



## 認知症カフェに参加することで得られること

### 本人

- ✓閉じこもりを防ぐ
- ✓仲間づくりができる
- ✓おしゃべりができる
- ✓好きな事ができる
- ✓気分がやわらかく
- ✓安心してお茶が飲める

### 家族

- ✓相談ができる
- ✓情報を得ることができる
- ✓専門職の対応を見て学べる
- ✓気軽に参加できる
- ✓気分がやわらかく
- ✓安心してお茶が飲める

## 認知症カフェに参加することで得られること

### 専門職

- ✓本人や家族の様子を知ることができる
- ✓他の専門職と話しをすることで支援方法を見つけることができる
- ✓いろいろなタイプの認知症の人と会うことができる
- ✓本人や家族が必要とする情報を知り提供することができる

### 地域住民

- ✓いろいろな認知症の人と会える
- ✓本人や家族の話しを聞くことができる
- ✓本人や家族が必要とする情報を知り提供することができる
- ✓本人の状況に応じた介護方法を知ることができる
- ✓誰もが気軽に立ち寄り何でも相談できる
- ✓ボランティアにとって自分の役割があり社会貢献できる

## カフェの運営、プログラム内容について

- ✓始めに自己紹介とその日のテーマの説明
- ✓テーマは講演会や勉強会、季節の話題や回想法（昔のこと）
- ✓演奏会、合唱、体操等
- ✓お茶やお菓子の提供
- ✓参加費用 100円から500円
- ✓地域の人がボランティアと共に協力し開催する。
- ✓カフェ開催を地域に知らせ参加者を募る。（チラシの配布等）



## カフェサロンかたらい

世田谷成城4丁目



「カフェサロン」は今から4年前平成25年5月に始めました。場所は成城4丁目富士見橋から2、3分の所で小田急線成城学園駅西口より徒歩6分。普段は認知症対応型デイサービスとして月曜日から金曜日まで使用。最初の名前は「おしゃべりの会サロンかたらい」でした。普段の介護の思いを話したい、聞いて欲しいを目的とした「おしゃべりの会」。開催時5人の方が参加、認知症ご本人1名、残り4名は家族の方とご近所の方でした。6月は更に新しく一人暮らしの方が参加。このように月を追って少しずつ参加者が増え4年経った現在では15人から20人の方が参加するようになりました。毎回認知症ご本人が必ず4、5人バスや電車を使い、駅から歩いて参加しています。写真はカフェサロンを開催している建物とデイサービスの看板です。

## カフェサロンかたらいとは？

- ♥いつ  
毎月第3土曜日  
2時～4時（8月休み）
- ♥どこで  
サロンテ語らいの家  
（デイサービス）成城4丁目
- ♥どんな人と  
認知症の人、家族の方、地域住民、ボランティア、見学の方。
- ♥参加費 300円  
人数 15人前後
- ♥予約なし誰でも自由に参加できます。



カフェサロンの運営状況です。

毎月第3土曜日2時から4時（8月休み）

参加者は認知症ご本人、家族の方、地域住民、ボランティア、見学者等、予約なしで自由に参加できるようにしています。

参加費の300円は自分のサイフからお金を出して払っています。

皆さんご要望のケーキは近所のお菓子屋さんで買います。コーヒーはアメリカ在住の支援者からの寄付でゴティバのコーヒーです。参加者の皆さんはおしゃべりや相談もさることながらおいしいものには目が無い。お茶の後は特におしゃべりがはります。

このチラシには「普段の思いを話したい、聞いてほしい」「外でゆっくりお茶をする機会がほしい」認知症の人や介護する人、サポートする人、みんなでお茶とお菓子を頂きながらおしゃべりする会です。ご本人、ご家族、友人などたてもお気軽に参加下さいと記してあります。

4年目の今もこのチラシどおりカフェが開催されている。

### ♥ 始めた理由

認知症の人や家族が

- ① 閉じこもりがちになり地域で安心して過ごす場がない声を聞いて。
- ② 認知症になっても地域で過ごしたい。
- ③ 地域の店で以前の様においしいケーキやコーヒーを飲みたい。
- ④ 専門職や地域の方が認知症の人を支える情報提供したいなどの声を聞いて始めました。

### ♥ 参加条件

- 交通機関を利用し自宅や駅から歩いてくること。
- 家族やボランティア等と一緒に来ること。
- 認知症のことを知りたい人誰でも。



カフェサロンの始めた理由です。

- ・ 毎月第2土曜日開催の「家族相談会」で認知症ご本人が閉じこもりがちになり外出しなくなった、地域の中の喫茶店でコーヒーやケーキを今までのように楽しみたい。
- ・ お店の中や外のトイレを使いづらいので外出しなくなった。
- ・ 「家族相談会」だけでは話し足りなくもっと気軽におしゃべりをしたい。
- ・ 地域の方が認知症の人をボランティアで支えたい、何か自分でもできるのではないかなど声を聞いて始めました。

場所はデサービスが入り口やトイレがバリアフリーになっており、またお茶の器具が揃っているのが最適ではないか。

条件：閉じこもりがちで外出しない事を考え自分の家からバスや電車を使うこと。駅から徒歩で来ること。安全を考えその際必ず家族やボランティアさんをお願いする事をとしました。

現在認知症ご本人4、5人の方はご家族やボランティアさんと共に時として車椅子を使い、又電車を利用して参加する方もいる。

写真は駅から徒歩や車椅子で参加している様子。

## スタートのころの様子



学生さんの見学



91歳の88歳の

### スタートのころの様子

皆様に「写真撮ります」と声をかけたとなん下を向いている人もいました。その当時薬科大学の学生さんも参加しました。現在その中の一人は卒論にする予定と毎月参加しています。

右下の88歳の方は現在91歳になりました。毎月娘さんといっしょに参加しています。一番長く参加しているご家族です

## 最近のカフェの様子



### 最近のカフェ

4年目になると皆さん仲間づくり、なじみの関係ができてきます。始めは少し緊張していますが3時のお茶の時間になると和気あいあい。認知症の人が隣のご主人や奥様とおしゃべりしています。ご家族は「家ではこんなに楽しそうにしている顔は見せません」と話されました。終了間際になると10分間体操をします。体操リーダーはボランティアさんで普段は鍼灸師の仕事をしている方です。最近では毎月こんな感じです。

## ボランティアさんの様子



認知症の人をいっしょにお茶の準備

91歳の方の傾聴をしようとして

ほとんどの方がシニアボランティア（65歳以上）です。

世田谷区ではシニアボランティアは研修を受けた後登録し1時間のボランティアで一枚のシールがもらえます。とても熱心で傾聴ボランティア講座も受け、実際に毎回出席の91歳の方の傾聴をしています。

91歳の方は若かりし頃自分が一番輝いていたころの話しを毎回します。ボランティアさんは毎回初めて聞いたかのようにして接しています。右上は3時のお茶の準備をしている写真です。

左下は認知症の方もお手伝いしています。スリッパの準備をする仕事もあります。その他いらした方にまずお茶を出したりトイレの場所を教えたり自分の役割を楽しんで行っています。

## 今後に望むこと



### カフェサロンかたらいは

- ♡①これからも閉じこもりがちな認知症の人や家族を地域で支えたい。
- ♡②認知症の人や家族にとって安心して過ごす場（カフェ）でありたい。
- ♡③多くのシニアボランティアさんに気軽に参加してほしい。

### 皆さまに

- ♡④認知症カフェはむずかしいものではありません、誰でも地域で気軽に集まれる場があればできるのです。
- ♡⑤おしゃべり、お茶のみ、勉強会などをしながら認知症の人（軽度認知症の人）や家族と一緒に過ごせる場が良いのです。
- ♡⑥誰もが認知症になっても困らない社会の実現を目指しましょう。
- ♡⑦認知症の人と共に暮らせる社会を作りましょう。



## 認知症カフェの今とこれから

認知症カフェは始まったばかり、  
カフェのあり方に何が正しいというものはありません。  
いろいろなタイプのカフェが地域にあります。

少人数

アットホームな雰囲気  
落ち着いた環境  
個別対応

大人数

さまざまな人との出会い  
プログラムの豊富さ  
にぎやか



## カフェを作りたいという思いのある方へのアドバイス

- ①場所の確保
- ②目的を明確に
- ③認知症の理解
- ④支えるボランティアの確保
- ⑤参加者への声掛け
- ⑥行政窓口への相談



この杉並地域でも  
認知症の人や家族の方が気軽に参加し  
顔の見える関係になり、しゃべりたいことを話し  
息抜きするカフェがたくさんできることを望みます。

それが認知症になっても地域でいつまでも  
暮らし続けられるよう支え合うことではないでしょうか。



認知症カフェの意義と  
地域での役割について

ご静聴ありがとうございました。

認定NPO法人 語らいの家  
代表理事 坪井 信子  
平成28年3月17日

## 地域の認知症カフェの活動について



NPO法人杉並介護者応援団

## 杉並区のカフェの現状

平成27年度

サロン・カフェの支援は  
実施していない

- \* 多数のサロンやカフェが誕生している現状では個別・固定支援は難しい
- \* しかし、全く支援していない訳ではない

## ～行政の紹介カフェ・交流サロン～

杉並介護者の会マップ掲載

- ①ケアラズカフェinまちのたすけあいセンター
- ②ららカフェ
- ③まちのほっとスペース成田西 なかまの家
- ④はるカフェ
- ⑤大原さんち オレンジカフェ
- ⑥オレンジカフェ えん

## ～行政の紹介カフェ・交流サロン～

- ⑦Mカフェおぎくぼ
- ⑧Mカフェにしおぎ
- ⑨Mカフェえいふく
- ⑩メリーゴーランド浜田山
- ⑪介護者のための晩めし屋
- ⑫さくらカフェ
- ⑬コミュニティカフェ オレンジリボンウッド

## ～行政が紹介している交流の場～

### きずなサロン

～連絡先・社会福祉協議会  
地域の方々が中心となって運営  
どなたでも参加できる

### 地域ささえ愛グループ

～連絡先・ケア24又は保健サービス課  
高齢者がいつまでも住み慣れた地域でいきいきと自分らしく生活できるよう、自主的に活動しているグループ

## 杉並介護者応援団の

## 活動紹介

## 介護者と介護家族の支援

- ・「**介護者の会**」(介護者の集い場)  
運営継続の支援  
区内11カ所の介護者の会
- ・3カ所の**Mカフェ**運営  
(医療連携型認知症カフェ)
- ・介護者支援の啓発活動
- ・劇団「もうすぐ我が身」による認知症理解・虐待防止の啓発
- ・活動始めて10年目  
「いずれ我が身」⇒「**もうすぐ我が身**」

**元気な高齢者が支援の必要な高齢者を支える活動**

## 杉並介護者応援団の

# Mカフェ (医療連携型認知症カフェ) とは

8

## なぜMカフェを開催したのか(1)

### 介護者の会参加者からの声

- \* 認知症かな?と思っても、**なかなか病院に連れていけない**  
(敷居が高い・・・)
- \* 要介護者が**行きたがらない**
- \* 介護者が**躊躇ってしまう**(認知症の診断が出たら  
どうしよう・・・)
- \* どの病院に連れて行けば良いのかな・・・

9

## なぜMカフェを開催したのか(2)

### \* 認知症対策

**早期発見・早期診断・早期対応**することで  
より高い治療効果が期待される

- \* では「介護者の会」に「医療専門職」が加わり「その場」で  
相談できる「場」があったら良いのにな・・・との思いから  
誕生したのが・・・

## Mカフェ (医療連携型認知症カフェ)

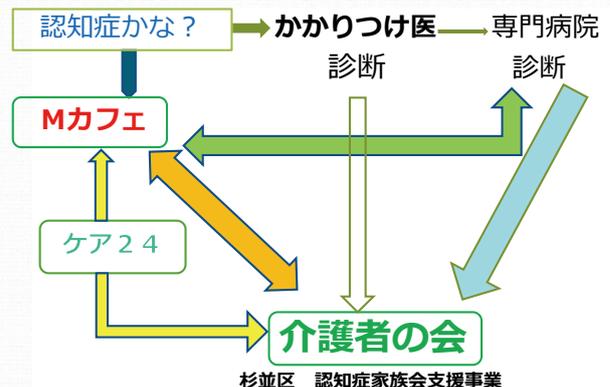
10

## Mカフェの運営状況と特徴は

- \* **開催地区のケア24(地域包括支援センター)が参加**  
\* カフェスタイルの**気軽な雰囲気**の中で相談ができる。  
\* 保健師・看護師・ソーシャルワーカーが協力
- \* **地域に住むボランティア(応援団サポーター)が  
ピアサポートの気持ちで参加**  
認知症疾患医療センターから  
医療ソーシャルワーカー、看護師等が出席
- \* **認知症をキーワードとした場**  
介護経験者も参加
- \* **介護者の会のネットワークで、つなげる応援**

11

## 地域支援としてのMカフェ



12

## 地域の居場所



## 楽しむカフェ

13

## 助けて欲しい！と言える場所



ドクターを囲んで 2014. 9月

在宅医療について  
サポーターのスキルアップと  
地域への広報活動のための公開講座



## Mカフェを開催する前から 実施している

## サロンが

## あります

## 男性がリラックス・リフレッシュできる場

- 男性が食卓をともにして、介護のことを本音で語れ、ちよびり愚痴もこぼせる場
- リフレッシュしてまた、元気になる場
- 地域の一人暮らしの方、介護経験者も参加、支援のネットワークづくりも始まる

## 晩めし屋



## 区在宅支援課との協働カフェ

杉並介護者の会連絡会（当団体の受託事業）  
平成27年11月27日実施した

## 「介護者ひろば」

にて  
カフェ開催



## 見えてきた課題

- \* 名称（認知症カフェ）：「**認知症**」の名称で人が集まらない？
- \* カフェ周知の広報力が不足
- \* 開催場所確保の難しさ
- \* 人材（担当スタッフ）の不足
- \* 運営資金
- \* 誰でも・気軽に集まれる場所と言うけれど・・・

## 今後、応援団がめざすカフェ

- \* 現在実施のスタイルは変えないが～  
「医療連携型認知症カフェ」と「認知症カフェ」
- \* ケア24との連携を継続
- \* 人材・資金等：サポーター養成講座開催・助成金確保
- \* 従来型以外に地域住民と楽しめる「お楽しみ会」を開催  
継続する過程で「介護者の会」「カフェ」の存在をPR、その意義を理解して頂く
- \* 「介護者の会」同様、参加者が「来てよかった！」と思える場・安心できる場の提供

いまこそ！

# 絆

円滑なコミュニケーションの流れを創ろう。

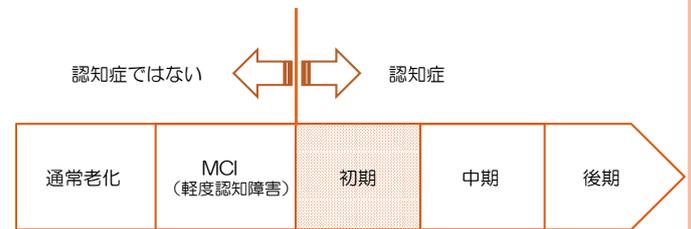
- 私たち「杉並介護者応援団」は、
- 介護者の方たちと、絆を持ちたい。
- 介護者家族の皆さんと、絆を持ちたい。
- 行政の方たちと、絆を持ちたい。
- 各専門機関の方たちと、絆を持ちたい。
- 地域住民の方たちと、絆を持ちたい。

NPO法人  
杉並介護者応援団

## 「初期認知症への気づきと生活支援について」

株式会社すずらん  
代表取締役 今井康明

### 初期の認知症とは



### 初期の認知症に気づくのは・・・

- まず、ご本人が異変に気づきます  
(あれ?おかしいな、ということが増えてくる)

↓  
不安でいっぱい状況

- 心理的にご本人を追い込まないようにすることが大切です

もの忘れによる失敗

家事や仕事、  
上手くいかない

何となく  
おかしいぞ...

このようなことが徐々に  
多くなります

不安  
自信なくなる

### ご家族等が気づく

#### 初期の認知症のサインは

- 同じことを何度も言ったり、聞いたりするようになった
- 探し物を見つけられないことが増えた
- 物を盗られたと言うようになった
- 待ち合わせなど、約束した時間を忘れることが目立つ
- 外出先から家に帰れないことがあった

- 整理整頓が雑になった
- 以前、興味があったことに関心がなくなった
- いつも同じ物を買ってきて、家にたまっている
- 料理をしなくなってきた
- 旅行先など、いつもと違う環境で、困惑がみられた

地域の方が気づく

初期の認知症のサインは

- 同じ場所を行ったり来たりしている
- ポスト等に郵便物や新聞などが溜まっている
- 古い物や賞味期限切れの物をあげようとする
- 今まで、よく挨拶をしてくれたのに、しなくなった
- 会話時に表情が固くなったり、会話がたどたどしくなった

ご本人との接し方のポイント

会話は、ゆっくり  
短く、ひとつずつ

複数の情報を一度に処理することが難しくなるため、早口や長々とした説明は、かえって混乱させてしまいます

急がせないように

できるだけ、ご本人のペースに合わせ、なるべくご本人の力を使い、できない部分をサポートすることが大切です

さりげなく自然で  
優しいサポートを

特にデリケートな内容の時は、さりげないサポートを心がけてみてください  
(プライドを傷つけないように)



ご本人との接し方のポイント

安心してもらるように

ゆったりした雰囲気、穏やかな声のトーン、優しい表情、笑顔など言葉だけではなくコミュニケーションも安心感につながります

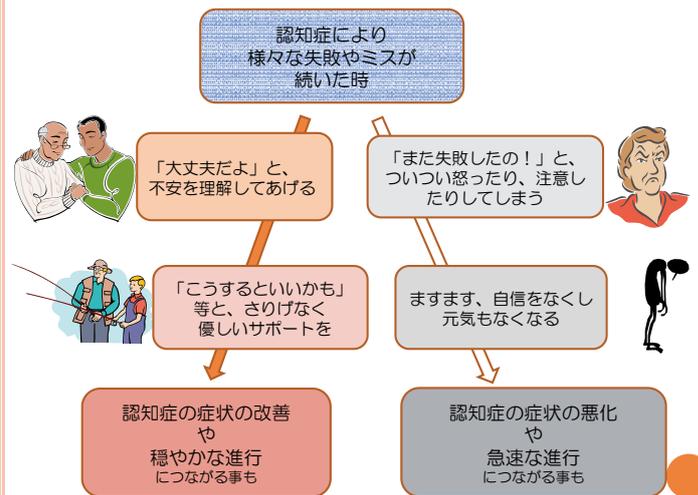
自尊心を傷つけないように

出来なくなってしまった事への注意や無理強い、ご本人のプライドを傷つけると共に、自信喪失や症状の悪化につながってしまうことがあります

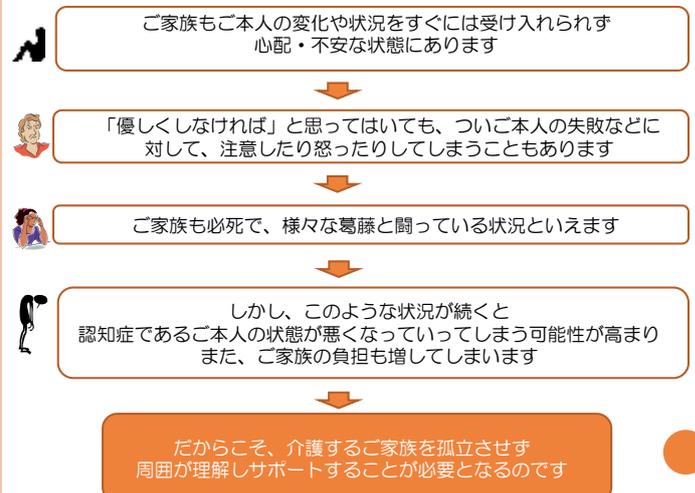
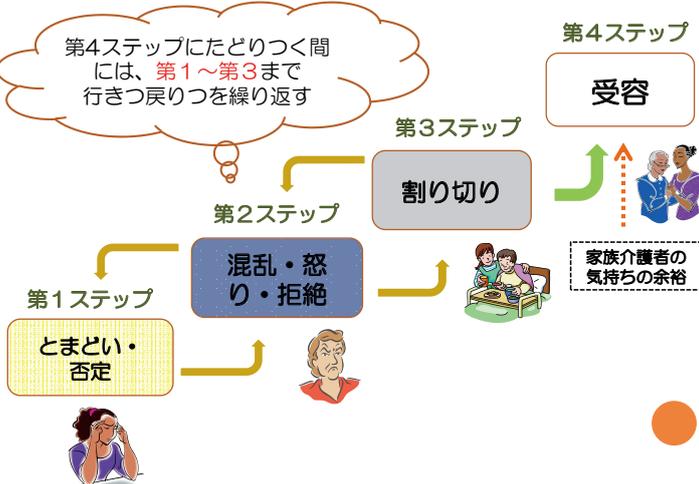
できること、自信のある  
ことをしてもらう

ちょっとしたことでも、人の役に立ち、そして人から感謝されることは、誰でも自信につながり、嬉しいことだと思います。自信につながるサポートは認知症支援においてとても重要な考え方です

認知症になったとしても  
何も分からなくなるわけではないのです



認知症介護をしているご家族の心理について



## ご家族の葛藤

- 認知症などで不可解な行動をとるご本人との葛藤
- 地域や近隣が理解してくれないことによる葛藤
- 家族や親族が協力してくれず、全て自分独りで介護をしなければならない家族間の葛藤
- 家族問題を他者に任せなければならないという自分自身の葛藤

介護者であるご家族には、このような葛藤があることを周囲の人が理解して差し上げることが重要です

## ご家族への支援は・・・

- 共感の姿勢で、ご家族の想いをよく聴くことは、非常に重要な精神的サポートといえます
- ご家族に対して「こうあるべきよ！」などと考えを押しつけないようにすることも大切です
- ご家族のちょっとした様子の変化に対して、出来るだけ早く周囲が気づき、サポートしていくことが重要です
- 医療や介護などの専門職は、ご家族の想いを受け止め「一緒に考えて行きましょう」という姿勢が大切です

## 初期対応の大切さ

- 実は違う病気が認知症の原因であり、治るかもしれない認知症の場合もあります
- このため初期の早期診断、早期治療が大切と言われています
- この時期の接し方、対応の仕方により、認知症の症状の進行を遅らせる事につながる場合もあります



### 参考・引用資料：

厚労省ホームページ

認知症介護情報ネットワーク（DCネット）

政府広報オンライン

「もし、家族や自分が認知症になったら  
知っておきたい認知症のキホン」

認知症介護研究・研修仙台センター  
「家族支援と対応のポイント」

認知症サポーター養成講座標準教材  
「認知症を学び 地域で支えよう」

梅丘地区高齢者見守りネットの会  
「気づきのポイントシート」

# 杉並区内の認知症カフェ (Mカフェ)、介護者の会等の一覧 (2015年10月現在)

## 介護者の会・サロンなどのマップ

開催日時 場所 連絡先





**① Mカフェおさくぼ**  
 毎月第1木曜日 13:30～15:30  
 地域交流室エルパ  
 070-5360-3763 杉並介護者応援団

**② 荻窪ソックスの会**  
 毎月第2水曜日 13:30～15:30  
 ゆうゆう荻窪東館  
 03-3391-0888 ケア24荻窪

**③ 久我山さくらの会**  
 毎月第4木曜日 13:30～15:30  
 さんじゆ久我山  
 03-5346-3348 ケア24久我山

**② メリーゴーランド浜田山**  
 毎月第3金曜日 10:00～12:00  
 ゆうゆう浜田山館  
 070-5360-3763 杉並介護者応援団

**② Mカフェにしおさ**  
 毎月第2火曜日 12:00～15:00  
 信愛書店 en=gawa  
 070-5360-3763 杉並介護者応援団

**① 上井草なでしこの会**  
 毎月第4火曜日 14:00～16:00  
 ケア24上井草  
 03-3396-0024 ケア24上井草

**④ 下井草さくら会**  
 毎月第2金曜日 13:30～15:30  
 八成区民集会所  
 03-5303-5341 ケア24下井草

**⑤ 阿佐谷介護者の会**  
 毎月第4金曜日 13:00～15:30  
 ゆうゆう阿佐谷館  
 03-3339-1588 ケア24阿佐谷

**⑧ 成田うぐいすの会**  
 毎月第3金曜日 13:00～15:00  
 成田会議室  
 03-5307-3822 ケア24成田

**⑩ 和泉ワイワイクラブ**  
 毎月第2木曜日 13:30～15:30  
 和泉ふれあいの家  
 03-3321-4808 和泉ふれあいの家

**① きずなサロン 花**  
 毎月第2日曜日 13:00～15:00  
 ティーサービス龍宮城  
 03-5347-3939 杉並区社会福祉協議会

**⑥ 男性介護者の会**  
 毎月第2土曜日 14:00～16:00  
 ゆうゆう高円寺東館  
 03-3315-1816 ゆうゆう高円寺東館

**⑦ 土曜・介護者の集い**  
 毎月第4土曜日 13:30～15:30  
 ゆうゆう高円寺東館  
 03-3315-1816 ゆうゆう高円寺東館

**⑨ ふらっと会**  
 毎月第1金曜日 13:30～15:30  
 方南会館  
 03-5929-2751 ケア24方南

**③ Mカフェえいふく**  
 毎月第4土曜日 13:30～15:30  
 永福町駅前「地球儀」  
 070-5360-3763 杉並介護者応援団

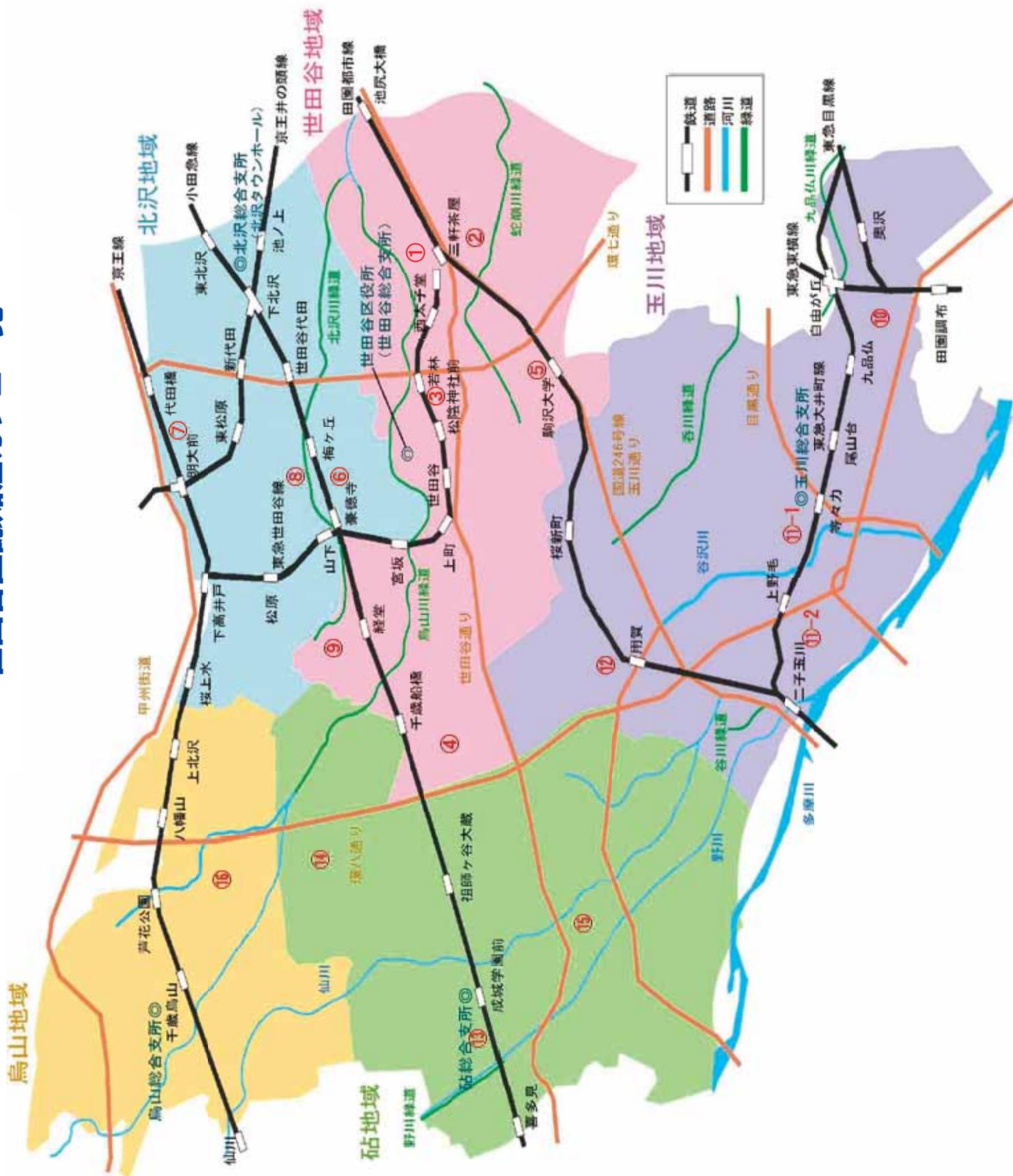


- **アラースカフェ in まきのたすけあいセンター**  
 毎月第1火曜日 13:30～15:30  
 63317-1634
- **ららカフェ**  
 毎月第1土曜日 13:30～15:30  
 070-6470-1441
- **まちのほっとスペース成田西 なかまの家**  
 毎月第4日曜日 13:30～15:30  
 成田西4-8-23  
 電話 5930-6140
- **はまカフェ**  
 毎月第2水曜日 13:30～15:30  
 5336-3724 (7/24 南荻窪)
- **オレンジカフェ**  
 毎月第2金曜日 13:30～15:30  
 和泉ふれあいの家 (東京西部保健生協本部)  
 3381-0877
- **オレンジカフェ 17**  
 毎月第2木曜日 13:30～15:30  
 本天沼2-36-17  
 3395-6333 (シャローム本天沼)
- **さくらカフェ**  
 毎月第4火曜日 14:00～16:00  
 久我山3-26-5 シーダ HATAI01  
 46-3348 (7/24 久我山)
- **コミュニティカフェ**  
 毎月第2土曜日 13:30～15:30  
 5346-12-1  
 3334-2149 (浴風会7/7カホ)

※開催日時については、それぞれお問い合わせください。

注意：この一覧は杉並区役所ホームページ ([http://www.city.suginami.tokyo.jp/\\_res/projects/default\\_project/\\_page/001/004/651/omote.pdf](http://www.city.suginami.tokyo.jp/_res/projects/default_project/_page/001/004/651/omote.pdf)) 及び特定非営利法人杉並介護者応援団よりご提供いただいたもので、杉並区内で活動する全ての認知症カフェ等を網羅したものではありません。

# 世田谷区認知症カフェ一覧



# 世田谷区内の認知症カフェ (世田谷区役所ホームページから 2016年1月5日現在)

## ①月のはなかふえ (医療法人社団 興樹会 樹のはなクリニク)

会場名：樹のはなクリニック  
会場所在地：太子堂2-26-2  
問合せ先：03-5433-3388 (担当：久保田)  
メールアドレス：infokinohana@gmail.com  
開催日時：月1回 水曜日 午前10時から12時

## ②さんちやカフェ (医療法人社団 大坪会)

会場名：介護老人保健施設 ホスピア三軒茶屋  
会場所在地：三軒茶屋1-16-13  
問合せ先：03-5430-5963 (担当：坂本)  
メールアドレス：hospia-s@pluto.plala.or.jp  
開催日時：月1回 第4土曜日

## ③せたカフェ Presents 認知症カフェ (区民団体)

会場名：デイホームみのりの庭  
会場所在地：若林3-35-14  
問合せ先：03-5477-9881 (せたカフェ事務局 担当：中澤)  
メールアドレス：n.nakazawa@seta-cafe.com  
開催日時：2か月に1回 (奇数月) 第2日曜日 午後1時30分から3時30分

備考：会場と問合せ先は異なります。なお、偶数月(曜日・時間は同様)には同じ会場で、「介護家族のための実践介護講座」を開催いたしますので、お問合せください。

## ④オレンジカフェ KIMAMA (区民団体)

会場名：グラニー千歳船橋・世田谷  
会場所在地：桜丘4-19-41  
問合せ先：03-3439-1650 (担当：岩瀬)  
メールアドレス：harumi-ijcom.home.ne.jp  
開催日時：月1回 第2土曜日 午後1時30分から3時30分  
備考：会場と問合せ先は異なります。

## ⑤駒沢オレンジカフェ (一般財団法人 平和協会 駒沢診療所)

会場名：駒沢診療所 駒沢ウェルネスセンター  
会場所在地：上馬4-5-6  
問合せ先：03-3418-0586 (平和協会本部 担当：柳島・橋)  
メールアドレス：bok06011@nifty.com

開催日時：月1回 第3火曜日 午後1時30分から4時30分  
備考：問合せは平日8時30分から午後5時の間にお願いします。会場と問合せ先は異なります。

## ⑥おしゃべり喫茶 すすらんカフェ (株式会社 すすらん)

会場名：デイサービスすすらん梅丘  
会場所在地：梅丘1-59-9  
問合せ先：03-5426-3478 (担当：今井)  
メールアドレス：imai@suzuran-kaigo.co.jp  
開催日時：隔月1回 日曜日 午後2時から4時

備考：参加される方は事前に連絡をお願いいたします。送迎はございませんので直接お越しください。

ホームページに内容等掲載しております。「すすらん梅丘」で検索してください。

## ⑦ごきげんカフェ世田谷 あしべ ACB (株式会社ゼロメディア) ル ケアプラン世田谷

会場名：ケアプラン世田谷  
会場所在地：松原1-10-8  
問合せ先：03-6379-2571 (担当：小島)  
メールアドレス：info@care-setagaya.jp  
開催日時：月2回 第1、3水曜日 午後1時から4時  
備考：詳細内容はホームページ「ケアプラン世田谷」をご覧ください。お気軽にお問合せください。

## ⑧翠(みどり)カフェ (区民団体)

会場名：世田谷区立総合福祉センター  
会場所在地：松原6-41-7  
問合せ先：090-9157-5708 (担当：秋定)  
メールアドレス：k-akisada@docomo.ne.jp  
開催日時：月1回 曜日不定  
備考：詳細はお問合せください。会場と問合せ先は異なります。

## ⑨認知症うちカフェ キラリ★会 (区民団体)

会場名：代表者個人宅  
会場所在地：桜上水1-5-3  
問合せ先：080-3270-1184 (担当：金子)  
メールアドレス：kaneko153@gmail.com  
開催日時：月1回 第3土曜日 午前11時から午後2時  
備考：予約制

## ⑩喫茶ぶら〜り (社会福祉法人 老後を幸せにする会)

会場名：デイ・ホーム玉川田園調布  
会場所在地：玉川田園調布2-16-12  
問合せ先：03-3722-7881 (デイ・ホーム玉川田園調布 担当：水口)  
開催日時：月1回 金曜日 午後1時から3時  
備考：お問合せは午前8時30分から午後5時15分の間にお願いいたします。

## ⑪一福老(いっぽくろう) (医療法人社団 創福会 ふくろうクリニック等々カ)

※2ヶ所で開催しています  
⑪-1 会場名：ふくろうクリニック等々カ分室 「ふくろうステーション」  
会場所在地：等々力3-5-11  
開催日時：月1回 第4木曜日 午前10時から12時

## ⑫-2 会場名：グラング上野毛

会場所在地：上野毛2-10-3  
開催日時：隔月1回 (奇数月) 第2木曜日 午前10時30分から11時30分  
問合せ先：03-5758-3270 (ふくろうクリニック等々カ 担当：松井秀夫)

備考：各会場定員10名様。参加希望の方は事前に「予約」が必要です。お問合せやご予約は、午前10時から午後5時までの間にご連絡ください。

会場と問合せ先は異なります。グラング上野毛には問合せしないようご注意ください。

## ⑬フェロ-ワイ-リング (区民団体)

会場名：ホームクレール用賀  
会場所在地：用賀4-3-8  
問合せ先：03-3700-0969 (担当：フェロー会 高橋)  
開催日時：月1回 金曜日 午後1時30分から3時30分  
備考：参加される方は、ご一報ください。会場と問合せ先は異なります。

## ⑭カフェサロンかたらい (認定NPO法人 語らいの家)

会場名：サロンデイ語らいの家  
会場所在地：成城4-3-23  
問合せ先：03-5429-8855 (サロンデイ語らいの家 担当：坪井)  
開催日時：月1回 第3土曜日 午後2時から4時

## ⑮Cafe ゆうゆう (社会福祉法人 悠遊)

会場名：生活クラブ・ケアセンター世田谷 「スペースゆうゆう」  
会場所在地：千歳大4-2-1  
問合せ先：03-5490-7080 (グループホームちとせ 担当：鈴木礼子)  
開催日時：月1回 第3火曜日 午後2時から4時

## ⑯タガヤセカフェ (社会福祉法人 大三島育徳会)

会場名：タガヤセ大蔵デイ  
会場所在地：大蔵5-14-6  
問合せ先：03-5494-5687 (担当：丸山)  
メールアドレス：tagayase@oomishima.jp  
開催日時：月1回 曜日不定 午後1時から3時

## ⑰コミュニティカフェ芦花 (社会福祉法人 世田谷区社会福祉事業団)

会場名：区立特別養護老人ホーム芦花ホーム 1階レストラン  
会場所在地：粕谷2-23-1  
問合せ先：03-5317-1094 (担当：日高・笠原)  
メールアドレス：roka-j@setagaya.or.jp  
開催日時：隔月に1回 (土日) ずれかかの午後  
備考：平成28年4月以降は月1回開催予定

注意：この一覧は世田谷区役所ホームページ (http://www.city.setagaya.lg.jp/kurashi/105/911/913/d00143440.html) から一部を掲載したもので、世田谷区内で活動する全ての認知症カフェを網羅したものではありません。

## 認知症介護研究・研修センターの運営理念

### Philosophy of Dementia Care Research and Training Center

認知症になっても『心』は生きています。

Everyone's "heart" is still alive after suffering from dementia.

認知症の人の『その人らしさ』を大切にするケアをめざしています。

We aim for care focusing on the total individual being of people with dementia.

そして、認知症の人が『尊厳』をもって共に暮らしてゆける社会の創造をめざします。

We will work towards the creation of a society  
where people with dementia could live together, sustaining their "dignity".