

参加者の声



「久しぶりに笑えた」
 「介護の悩みを共感できた」
 「お友達ができた」
 「なんだか気が楽になった」
 「わたしも頑張れると思えた」

認知症サポーターとオレンジカフェ

オレンジカフェでは介護などの専門家だけでなく、大勢の認知症サポーターが活躍しています。参加者との交流に加わるだけで十分です。みなさんのご参加をお待ちしています。
 また、認知症サポーターになりたい方もお気軽にお問い合わせください。

各カフェを繋いで～RUN伴+なかの

昨年、中野区オレンジカフェ連絡会は「RUN伴+なかの2019」を開催し、たくさんのご参加をいただきました。
 「RUN伴+」とは認知症の人や家族、支援者、地域の人が中野区内のオレンジカフェを1本のタスキで繋いで、ゴールの中野区役所を目指すイベントです。
 様々な人達と出会い、共通の達成感を味わうことができます。認知症になっても笑顔で暮らし続けられるまち中野の実現に向かって伴に走り出しましょう！



オレンジカフェ（認知症カフェ）とは

「認知症カフェ」「オレンジカフェ」は、身近にあるカフェのように気軽にお茶を飲みながら、認知症についての相談や参加者同士の交流などで楽しく過ごせる場所です。
 認知症の心配がある方や現在治療中の方、介護をしている（経験のある）方、認知症に関心をお持ちの方はもちろん「近所にあるから行ってみよう」「楽しくお茶を飲みたい」という方など、どなたでもお気軽にご参加ください。

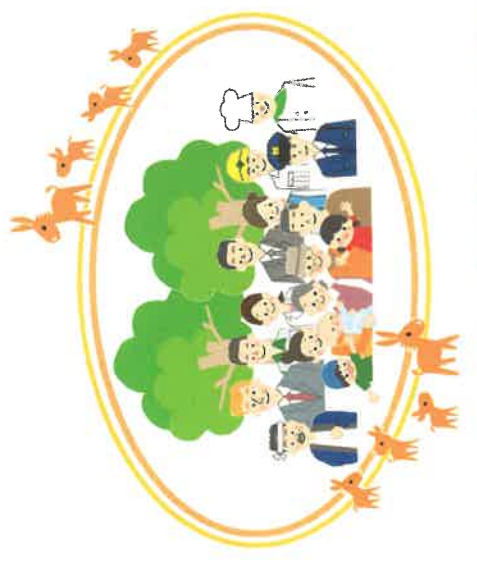
オレンジカフェ開催日早見表

カフェへお出かけいただくときの参考になさってください。数字は裏面の一覧や地図に記載した番号です。
 なお、開催日を変更する場合がございますので、詳しくは各カフェまでお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
第1週	①	⑤	④			⑥⑪
第2週	②	⑤⑫	⑨			
第3週		⑤⑬	④⑥	⑧⑮		
第4週	⑦	⑤	⑱	⑨⑭		
その他	毎月5日⑩	毎月15日③	毎月末(冬季休業)⑱			

ボランティアも募集中です！
 一緒にオレンジカフェを盛り上げませんか？
 詳しくは各カフェまでお問い合わせください

ようこそ!! オレンジカフェ



**認知症になっても笑顔で
暮らし続けられるまち中野**

1 オレンジカフェ土屋

開催日 毎月第1日曜日
時間 13:30～15:00
住所 中央1-35-6
参加費 無料
問合せ 03-6310-7308 (今)



2 オレンジカフェフロム

開催日 毎月第2日曜日
時間 11:00～13:00
住所 上高田2-45-10
参加費 500円(お食事代)
問合せ 03-5318-9220



3 オレンジカフェ15

開催日 毎月15日
時間 13:30～17:30
住所 新井1-16-1
参加費 300円
問合せ 070-6610-4811 (反田)



4 オレンジカフェとんぼ

開催日 毎月第1・第3水曜日
時間 14:00～16:00
住所 東中野4-2-16
参加費 200円(お茶代)
問合せ 090-7244-0091 (岩田)



5 小淀ホーム スマイル café

開催日 毎週火曜日
時間 10:00～12:00
住所 中央1-18-3
参加費 100円
問合せ 03-3366-6511



6 若年認知症カフェ「ちーたーひるば」

開催日 毎月第1土曜・第3水曜
時間 11:00～16:00
住所 大和町3-2-11
参加費 100円
問合せ 03-3338-6932 (高橋)



7 オレンジカフェなごみ

開催日 毎月第4日曜日
時間 14:30～16:30
住所 野方1-42-19
参加費 200円
問合せ 080-3171-4578 (柳生)



8 オレンジカフェ 〜スマイルカフェ哲学堂〜

開催日 毎月第3水曜日
時間 14:00～15:00
住所 江古田1-33-12
参加費 300円
問合せ 03-3565-6726



9 オレンジカフェライタイ

開催日 毎月第2・第4木曜日
時間 13:00～15:00
住所 上高田5-47-11-101
参加費 300円
問合せ 03-6875-7485 (阿部)



10 えこも亭

開催日 毎月5日
時間 14:00～16:00
住所 江古田3-14-19
参加費 100円
問合せ 03-5318-3711 (榎木・田中)



中野区オレンジカフェ連絡会 参加カフェ一覧

中野区オレンジカフェ連絡会に参加しているオレンジカフェは19カ所。詳しい場所などは各カフェまでお問い合わせください。



11 オレンジカフェくら

開催日 第1土曜日
時間 14:00～17:00
住所 沼袋2-30-8
参加費 300円
問合せ 03-3389-2963



12 オレンジカフェinモモガリテ

開催日 毎月第2火曜日
時間 14:00～16:00
住所 中央2-57-7
参加費 300円
問合せ 03-5386-6838 (嘉山)



13 オレンジカフェほけつと

開催日 第3火曜日
時間 13:30～15:00
住所 中野2-14-19
参加費 100円
問合せ 03-5342-3450



14 オレンジカフェきょうりつ

開催日 毎月第4木曜日
時間 14:00～16:00
住所 中野5-45-4
参加費 100円
問合せ 03-3386-7311



15 オレンジカフェ世温 (このん)

開催日 第3水曜日
時間 13:30～15:30
住所 上鷺宮3-6-2
参加費 300円
問合せ 090-2496-2163 (會田)



16 オレンジカフェ・カルナ

開催日 毎月第4日曜日
時間 14:00～16:00
住所 丸山1-25-14
参加費 100円
問合せ 03-5318-5410



17 オレンジカフェさぎのみや

開催日 毎月第3火曜日(原則)
時間 13:30～15:30
住所 鷺宮3-22-5
参加費 200円
問合せ 090-9672-6585 (太田)



18 気まぐれカフェ ゆうあい

開催日 毎月末(冬季休業)
時間 11:30～14:00
住所 江古田2-24-11
参加費 300～400円(昼食代)
問合せ 03-3389-5576



19 Mikan Library (みかんライブラリー)

開催日 毎月第4水曜日
時間 13:30～15:00
住所 白鷺1-14-8
参加費 50円(飲み物代)
問合せ 03-5356-5447 (白岩)



各カフェの番号は裏面の地図に記載している番号と対応しています。
お近くのカフェやよく行かれる場所の近くのカフェへお気軽にお立ち寄りください。

中野区オレンジカフェ連絡会の活動には、中野区の支援(のぼりの支給・広報など)を受けています。

