



お気軽にどうぞ！

 北区

令和6年度

オレンジカフェ
きたい～な

カフェMAP



令和6年4月発行

北区の オレン

| | | |
|-----------------|-------------|----------------|
| 王子地区 | 1 | 名主の滝オープンカフェ |
| | 2 | 若年性認知症カフェハーモニー |
| | 3 | きたい〜な王子 |
| | 4 | ほろよいカフェ（男性限定） |
| | 5 | きたい〜な豊島 |
| | 6 | さくらカフェ |
| | 7 | Jサロン |
| | 8 | おたくさ |
| | 9 | 井戸端カフェ |
| | 10 | 神谷ふれあい広場 |
| 赤羽地区 | 11 | カフェ西が丘 |
| | 12 | おむすびカフェ |
| | 13 | にこにこカフェ |
| | 14 | おしゃべりカフェ |
| | 15 | ふくろカフェ |
| | 16 | 浮しまカフェ |
| | 17 | 桐花 |
| 滝野川地区 | 18 | かすみそうカフェ |
| | 19 | カフェあすか |
| | 20 | ティールームさくら |
| | 21 | きたい〜なはくちょう |
| | 22 | カフェしょうわ |
| | 23 | ふなっこカフェ |
| | 24 | オレンジカフェらいちょう |
| 25 | 新町光陽苑ぼっぼカフェ | |
| 家族の集いカフェ | | |
| | 26 | 家族の集い十条 |
| | 27 | 家族の集いカフェあかばね |
| | 28 | 家族の集いカフェ滝野川 |



オレンジカフェ（認知症カフェ）ってなに？

認知症になっても住み慣れた地域の中で生活を送ることができるよう、地域の支え合いを進める交流・活動の場です。

認知症の正しい情報案内のほか、認知症に関する相談も行っています。認知症の本人やその家族、地域の方など、誰でも気軽に参加できます！

若年性認知症カフェや男性限定カフェ、家族の集いカフェもあります。



医師や専門スタッフに相談ができます

医師や歯科医師、臨床心理士、作業療法士による相談も行っています。



「オレンジカフェ きたい～な」 参加者の声

- ♥ 専門職の講師によるお話はとても勉強になります。
- ♥ 不安を抱え、悩みを聞いてほしいので、話を聞いてもらうことで次回の参加が楽しみになりました。
- ♥ たくさん話ができるのがうれしいです。
- ♥ 一人暮らしなので、カフェで皆とお話できてうれしいです。
- ♥ 親子で安心して気兼ねなく参加できるのはここだけです。
- ♥ 通える場になります。行けば誰かと話ができます。
- ♥ 家族の集いカフェに参加して、自分の気持ちを聞いてもらえる場ができました。



「オレンジカフェ きたい～な」

職員の声

- ♥ 認知症カフェは気軽にお話や相談ができる場です。
- ♥ 物忘れが気になる方、誰かと話してスッキリしたい方、どなたでもどうぞ。
- ♥ 会場が広いので、ゆったりと参加していただけます。



王子地区

| | | |
|------|----|----------------|
| 王子地区 | 1 | 名主の滝オープンカフェ |
| | 2 | 若年性認知症カフェハーモニー |
| | 3 | きたい～な王子 |
| | 4 | ほろよいカフェ（男性限定） |
| | 5 | きたい～な豊島 |
| | 6 | さくらカフェ |
| | 7 | Jサロン |
| | 8 | おたくさ |
| | 9 | 井戸端カフェ |
| | 10 | 神谷ふれあい広場 |



1 名主の滝オープンカフェ

| | |
|-----|--------------------------------|
| 会場 | 名主の滝老人いこいの家 |
| 住所 | 岸町1-15-25 |
| 日時 | 第4水曜（13:30～14:30） |
| 問合せ | 十条台高齢者あんしんセンター 03-5948-5630 |



▷ J R 王子駅北口より徒歩10分

認知症について理解を深め、誰もが安心して参加できるカフェです。脳トレや体操など行っています。こんちゃんサポーター(ボランティア)と楽しい時間を共有しませんか？

2

じゃくねんせい

若年性認知症カフェ ハーモニー

- 会場** 十条台高齢者あんしんセンター
- 住所** 中十条1-2-18 障害者福祉センター内
- 日時** 第1金曜 (10:00~11:00)
- 問合せ** 十条台高齢者あんしんセンター
03-5948-5630



若年性認知症の方やその家族が集まれるカフェです。

集まった方の好きなことを一緒に行い楽しい時間を過ごしましょう。



▷国際興業バス「南橋」バス停より徒歩1分

3

きたい～な王子

- 会場** UR王子5丁目団地6号棟集会所
- 住所** 王子5-2-6
- 日時** 第3土曜 (14:00~15:30)
- 問合せ** 王子光照苑高齢者あんしんセンター
03-3927-8899



王子5丁目団地6号棟の集会所で開催。

ゆったりスペースで、誰でも気軽に参加できる雰囲気です。

ミニ講座やみんなで楽しめる企画もあり。

学びあり。相談もできてホッとできる。

また来たいと思えるカフェをめざしています。



▷東京メトロ南北線王子神谷駅1番出口より徒歩5分

4 ほろよいカフェ（男性限定）

会場 北とぴあ 他
住所 王子1-11-1
日時 偶数月 第4水曜または土曜
 (13:30～15:00)場合により30分延長あり
問合せ 豊島高齢者あんしんセンター
 03-6903-2712



▷ JR王子駅より徒歩2分
 東京メトロ南北線王子駅5番出口より直結

ご家族・ご本人、どなたもどうぞ。
 男性のみで気軽にお話しませんか？
 「本音で論ずるよいところ」で、
 ほろよいカフェです。

※お酒は出ません。

5 きたい～な豊島

会場 豊島ふれあい館 2階 第5和室
住所 豊島3-27-22 豊島区民センター内
日時 第2・4金曜
 (14:00～15:30)場合により30分延長あり
問合せ 豊島高齢者あんしんセンター
 03-6903-2712



▷ 都営バス「豊島四丁目」バス停より徒歩4分

本人、家族だけでなく地域の方にも
 ご参加いただいています。
 人数制限して開催をしております。
 お気軽にご連絡ください。

6

さくらカフェ

- 会場** 豊島虹のセンター
- 住所** 豊島3-5-6 セントラルマンション1階
- 日時** 第3金曜 (14:00~16:00)
- 問合せ** 王子生協病院
03-3912-2201



▷都営バス「豊島三丁目」バス停より徒歩3分

どなたでもお気軽にご参加ください。
医療者が主催していますので、病気や介護のことなどのご相談を受け付けています。
車いすの方もご利用可能です。

7

Jサロン

- 会場** 十条高齢者あんしんセンター多目的室
- 住所** 上十条3-1-25 帝京大学4号棟1階
- 日時** 第3火曜 (13:30~14:30)
- 問合せ** 十条高齢者あんしんセンター
03-5948-9981



▷JR十条駅北口より徒歩10分
国際興業バス「上十条三丁目」バス停より徒歩5分

ボランティアの医師が参加しているので、心配事やちょっとした医療、健康相談も可能です。
広々とした明るい空間と笑顔のサポーターがお待ちしております。

8 おたくさ

会場 東十条ふれあい館4階 第二ホール
住所 東十条3-2-14 東十条区民センター内
日時 第2金曜 (13:30~14:30)
問合せ 東十条・神谷高齢者あんしんセンター
 03-6908-4711



おたくさはドイツ人医師シーボルトが名付けた「あじさい」という意味です。花言葉には「家族団らん」があり、ゆっくり過ごせる場所となっています。

▷ J R 東十条駅より徒歩3分
 東京メトロ南北線王子神谷駅1番出口より徒歩12分

9 井戸端カフェ

会場 アイムス赤羽
住所 東十条6-5-15
日時 第1火曜 (14:00~15:30)
問合せ アイムス赤羽
 03-3598-8630



どなたでもお気軽にご参加いただけます。ドリップしたコーヒーの香りと味で、楽しくお話ししましょう。皆様のお越しをお待ちしております。

▷ J R 東十条駅北口より徒歩10分
 J R 赤羽駅東口より徒歩15分

10

神谷ふれあい広場

会場

住所

日時

問合せ



地域のみなさまの認知症への知識を深めていただくための啓発講話を開催いたします。

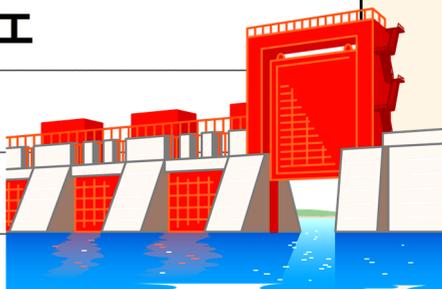
また、各種相談コーナー、相談先のご紹介も行っています。是非、ご参加ください。

- ▷ J R 東十条駅より徒歩 15 分
東京メトロ南北線王子神谷駅 3 番出口より徒歩 15 分



赤羽地区

| | |
|----|----------|
| 11 | カフェ西が丘 |
| 12 | おむすびカフェ |
| 13 | にこにこカフェ |
| 14 | おしゃべりカフェ |
| 15 | ふくろカフェ |
| 16 | 浮しまカフェ |
| 17 | 桐花 |



11 カフェ西が丘

| | |
|-----|---------------------------------|
| 会場 | 赤羽文化センター |
| 住所 | 赤羽西1-6-1 パルロードⅡ3階 |
| 日時 | 第4木曜 (14:00~15:00) |
| 問合せ | 西が丘園高齢者あんしんセンター 03-5924-7715 |



▷ J R赤羽駅より徒歩3分

感染症に気を付けながら開催しております。

来られた方が安心してお話して頂けるように、身も心もくつろげるような空間を心掛けています。

12 おむすびカフェ

会場 志茂ふれあい館
住所 志茂1-34-17
日時 第4水曜 (14:00~15:00)
問合せ みずべの苑高齢者あんしんセンター
 03-5941-6722



▷東京メトロ南北線志茂駅1番出口より徒歩2分

誰もが立ち寄り、和気あいあいとした
 明るい雰囲気です♪
 男性も多数参加されています。
 お気軽にどうぞ参加ください。

13 にここカフェ

会場 赤羽会館3階 第2集会室
住所 赤羽南1-13-1
日時 第4金曜 (13:30~15:00)
問合せ 赤羽高齢者あんしんセンター
 03-3903-4167



参加された方がお話を聞いてもらって
 良かったと思えるようなカフェにして
 います。



▷J R 赤羽駅東口より徒歩5分

14 おしゃべりカフェ

会場 正光寺
住所 岩淵町32-11
日時 第4木曜（14:00～15:30）
問合せ 赤羽高齢者あんしんセンター
03-3903-4167



▷東京メトロ南北線赤羽岩淵駅より徒歩2分

小さなお子さんから、大人まで、誰でもホッとできる場所「おしゃべりカフェ」を開催しています。お気軽にご参加ください。

15 ふくろカフェ

会場 赤羽北区民センター2階第2ホール
住所 赤羽北2-25-8
日時 第1水曜（13:30～15:30）
問合せ 赤羽北高齢者あんしんセンター
03-5948-5940



▷J R北赤羽駅 赤羽口より徒歩1分

ご近所の方やボランティアが集う、明るく和やかなカフェです。気軽におしゃべりに来ませんか？お待ちしております。

16 浮しまカフェ

会場 浮間区民センター 3階
住所 浮間2-10-2
日時 第4土曜 (13:30~15:30)
問合せ 浮間高齢者あんしんセンター
 03-3558-3689



明るく埼京線の見える場所で、
 ゆっくりお茶を楽しんだり、
 お散歩などイベント的に開催して
 います。
 お気軽にお立ち寄りください。



▷ J R北赤羽駅 浮間口・J R浮間舟渡駅より徒歩10分

17 桐花

会場 桐ヶ丘サロンあかしや
住所 桐ヶ丘1-9-3-7
日時 第2土曜 (14:00~15:00)
問合せ 桐ヶ丘やまぶき荘高齢者あんしんセンター
 03-5924-0152



元々、お蕎麦屋さんだった場所のため
 落ち着いた雰囲気です。
 時には昔話で盛り上がるなど、
 かしこまらず敷居の低いカフェです。
 月ごとに変わる店内の絵画も見どころ
 です。



▷国際興業バス「赤羽郷」バス停より徒歩1分

滝野川地区

| | | |
|-------|----|--------------|
| 滝野川地区 | 18 | かすみそうカフェ |
| | 19 | カフェあすか |
| | 20 | ティールームさくら |
| | 21 | きたい～なはくちょう |
| | 22 | カフェしょうわ |
| | 23 | ふなっこカフェ |
| | 24 | オレンジカフェらいちょう |
| | 25 | 新町光陽苑ぽっぽカフェ |



18 かすみそうカフェ

| | |
|-----|---------------------------------|
| 会場 | 滝野川西ふれあい館 第1ホール |
| 住所 | 滝野川6-21-25 |
| 日時 | 第3月曜 (13:30~15:30) |
| 問合せ | 滝野川西高齢者あんしんセンター 03-6903-4015 |



▷都営バス「西巣鴨」バス停より徒歩5分
都営三田線西巣鴨駅より徒歩5分

★地域の方も気軽に集まるカフェです。

ミニ講座や音楽会など、楽しい催しも行っています。

ちょっと一息。お待ちしております。

19 カフェあすか

- 会場** グループホームほくとひまわりの家
住所 西ケ原2-24-8 リッシェル飛鳥山
日時 第4土曜 (10:00~12:00)
問合せ 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター
 03-3940-9175



▷ JR王子駅より徒歩8分
 都電荒川線「飛鳥山」停留場より徒歩3分

地域の方が集い、和気あいあいおしゃべりをして過ごしています。ボランティアによる催し物や体操も企画しています。事前予約なしでご利用いただけますので、どなたでもお気軽にご参加ください。

20 ティールームさくら

- 会場** 飛鳥晴山苑内「ティールームさくら」
住所 西ケ原4-51-1
日時 第4土曜 (14:30~15:30)
問合せ 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター
 03-3940-9175



▷ 都電荒川線「西ケ原四丁目」停留場より徒歩10分

「西ケ原みんなの公園」が見わたせる景色の良い場所で、看護師がゆっくりと相談をお伺いいたします。身近な人には相談しにくい様々な悩みを、腰を落ち着けて話してみませんか？

21 きたい～な はくちょう

会場 田端ふれあい館 2階第3ホール
住所 田端3-16-2 田端区民センター内
日時 第4木曜 (13:30～15:00)
問合せ 滝野川はくちょう 高齢者あんしんセンター
 03-3822-6080



▷ JR田端駅より徒歩10分

誰もが気軽に立ち寄れる、和気あいあいとした雰囲気のカフェです。認知症に関心のある方ならどなたでもご参加いただけます。感染予防対策をしてお待ちしています。

22 カフェしょうわ

会場 昭和町ふれあい館 第1ホール
住所 昭和町3-10-7 昭和町区民センター内
日時 第2木曜 (14:00～15:30)
問合せ 昭和町・堀船高齢者あんしんセンター
 03-6807-6961



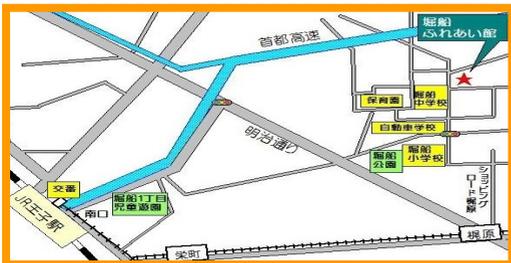
▷ 都営バス「昭和町三丁目」バス停より徒歩2分
 J R尾久駅より徒歩7分

どなたでも参加できるカフェです。認知機能が低下して不安な方やそのご家族、地域の方、介護・医療・福祉の専門職などが集まり、お互いの理解を深める場です。コーヒーやお茶を飲みながら、お話しませんか？



23 ふなっこカフェ

会場 堀船ふれあい館 ホールAB
住所 北区堀船3-7-12
日時 第1火曜 (14:00~15:30)
問合せ 昭和町・堀船高齢者あんしんセンター
 03-6807-6961



▷ J R 王子駅 (中央口・南口) より徒歩 15 分
 都電 梶原駅より徒歩 7分

お待たせしました！

令和6年4月から堀船ふれあい館にも
 オレンジカフェができます。

どなたでも参加できるカフェです。
 こんちゃんサポーターやボランティアの
 方々とお待ちしています。

コーヒーやお茶を飲みながら
 日頃の不安や思いを共有しませんか？

24 オレンジカフェらいちょう

会場 地域密着型らいちょうデイサービスセンター
住所 堀船2-3-13-1階
日時 第4火曜 (14:00~15:00)
問合せ 地域密着型らいちょうデイサービスセンター
 03-5902-5977



▷ 都電荒川線「梶原」停留所より徒歩 3分

オレンジカフェらいちょうでは、
 理学療法士、作業療法士、管理栄
 養士など様々な職種からの講義に
 加えてデイサービスでの作業体験
 もできます。

25 新町光陽苑ぽっぽカフェ

会場 新町光陽苑
住所 田端新町2-27-16
日時 第2水曜 (14:00~15:30)
問合せ 新町光陽苑高齢者あんしんセンター
 03-5855-1219



おしゃべりを中心とした交流に、
 医師はじめ医療専門職によるミニ講
 座（隔月）や、絵本読み聞かせなど
 の催しも行っています。
 どなたでもお気軽にご参加下さい♪

▷ JR田端駅より徒歩11分
 日暮里舎人ライナー赤土小学校前駅より徒歩4分



北区認知症支援キャラクター
 「こんちゃん」

認知症に関する情報は、
 北区ホームページや
 北区認知症あんしんなびで
 ご覧になれます



認知症あんしんなび

北区 認知症 

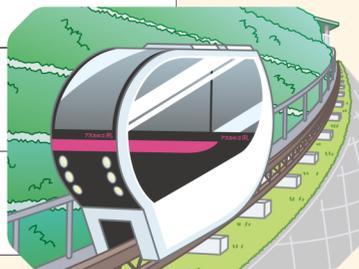
家族の集いカフェ

気兼ねなく介護の話ができる場として「家族の集いカフェ」を区内3カ所で開催しています。日頃の介護で感じている思いを語り合い、気づかぬうちに抱えている気持ちを少し軽くしてみませんか？

26 家族の集い十条

27 家族の集いカフェあかばね

28 家族の集いカフェ滝野川



26 家族の集い十条

会場 大東京信用組合 十条支店 3階

住所 上十条2-31-1

日時 第1木曜（14:00～15:30）

問合せ 十条高齢者あんしんセンター
03-5948-9981



介護している家族の方や、介護を終えられた方が気軽に集まれる場です。ゆったりとした空間で胸の内を話してみませんか？



▷ JR十条駅北口より徒歩1分

27 家族の集いカフェあかばね

会場 赤羽会館 3階 第2集会室
住所 赤羽南1-13-1
日時 第2土曜 (10:00~11:00)
問合せ 浮間高齢者あんしんセンター
 03-3558-3689



介護でお困りのことなど、介護者同士の交流の場となっています。男性も多数参加しています。お気軽にご参加ください。



▷ J R 赤羽駅東口より徒歩5分

28 家族の集いカフェ滝野川

会場 ふれあいセンター 北館 1階
住所 堀船3-30-16
日時 第2月曜 (10:00~11:30)
問合せ オレンジほっとクリニック 中塚・武安
 03-3911-2661



サポーターの方々は気さくで話しやすい雰囲気でおみなさまをお待ちしています。



▷ 都電荒川線「梶原」停留場より徒歩3分

～memo～

【発行】

北区福祉部長寿支援課

東京都北区王子本町 1 - 1 5 - 2 2

☎ 03-3908-9017

刊行物登録番号：5-2-157