

参加記録

参加したら“こんちゃんスタンプ”を
押してもらいましょう♪

みほん 	スタート!				
会場名 月 / 日	1	2	3	4	
	/	/	/	/	
5	6	7	8	9	
/	/	/	/	/	
10	11	12	13	14	
/	/	/	/	/	
15	16	17	18	19	
/	/	/	/	/	
20	21	22	23	24	
/	/	/	/	/	

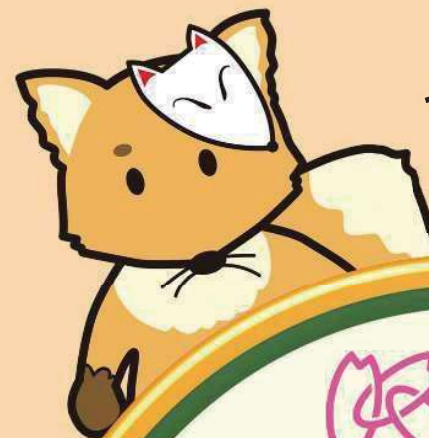
【発行】

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:7-2-152



お気軽にどうぞ!

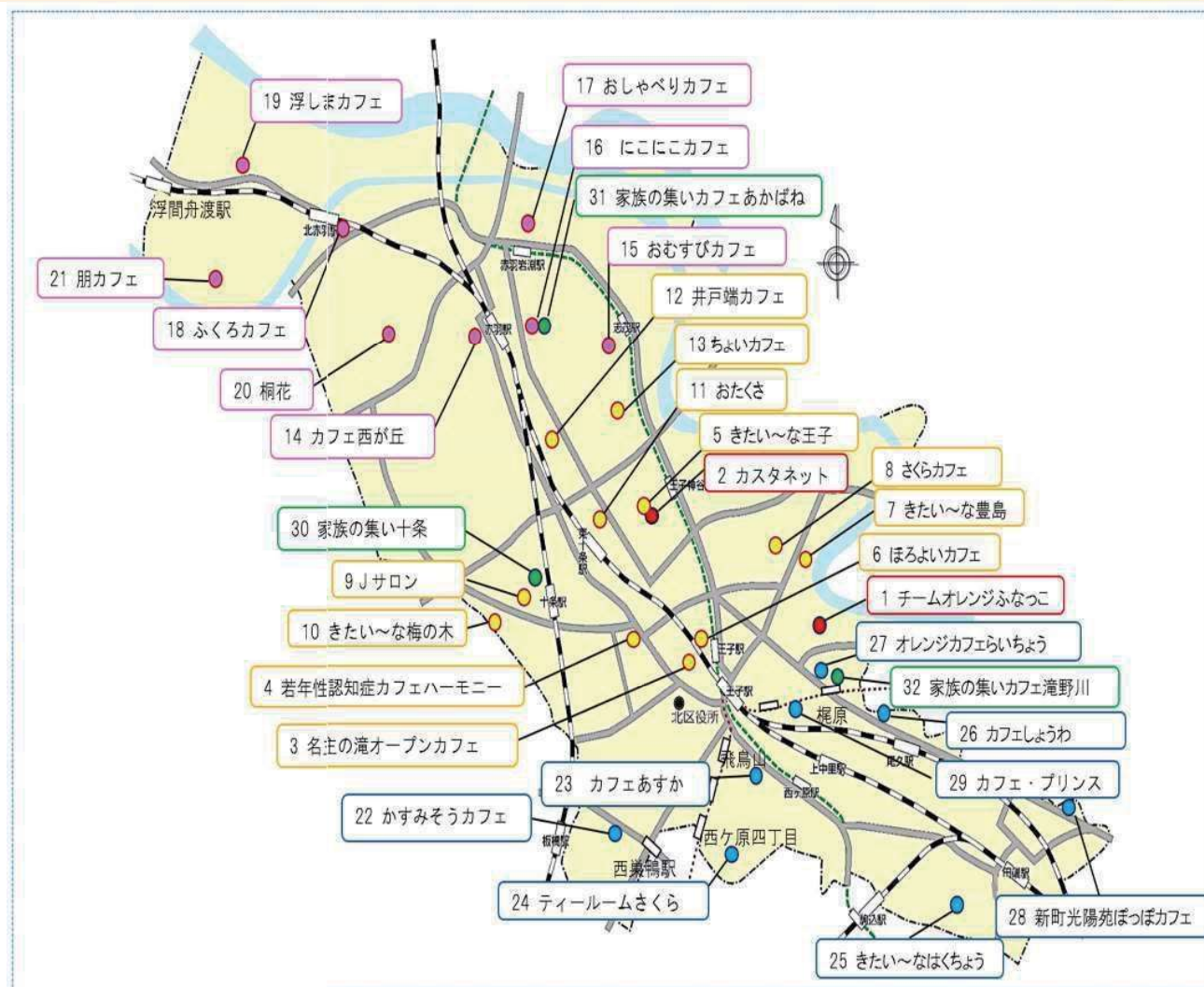


令和 8 年 4 月発行

北区のチームオレンジ・オレンジカフェ



チームオレンジふなっこ		
絵本読み聞かせ自主グループカスタネット		
オレンジ カフェ きたいな	王子地区	3 名主の滝オープンカフェ
		4 若年性認知症カフェハーモニー
		5 きたい～な王子
		6 ほろよいカフェ（男性限定）
		7 きたい～な豊島
		8 さくらカフェ
		9 Jサロン
		10 きたい～な梅の木
		11 おたくさ
		12 井戸端カフェ
		13 ちよいカフェ
	赤羽地区	14 カフェ西が丘
		15 おむすびカフェ
		16 にこにこカフェ
		17 おしゃべりカフェ
		18 ふくろカフェ
		19 浮しまカフェ
		20 桐花
		21 朋カフェ
	滝野川地区	22 かすみそうカフェ
		23 カフェあすか
		24 ティールームさくら
		25 きたい～なはくちょう
		26 カフェしょうわ
		27 オレンジカフェらいちょう
		28 新町光陽苑ぼっぼカフェ
		29 カフェ・プリンス
	家族の集いカフェ	
		30 家族の集い十条
		31 家族の集いカフェあかばね
		32 家族の集いカフェ滝野川



チームオレンジってなに？

認知症の正しい知識を持った人（こんちゃんサポーターや認知症ボランティア）、認知症のある人、地域の人などが一緒に活動する地域住民団体等の主体的な活動です。

オレンジカフェきたい～な（認知症カフェ）ってなに？

認知症であ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。

高齢者あんしんセンター職員や専門スタッフによる、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

チームオレンジや、オレンジカフェきたい～なでは、医師による「もの忘れ相談」や、臨床心理士、作業療法士による認知症に関する相談を行っています。

日程表（P21参照）をご確認のうえお越しください。

「オレンジカフェ きたい～な」参加者の声

- 💜 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。



北区認知症支援キャラクター
「こんちゃん」



認知症あんしんナビ

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ナビで
ご覧になれます

北区 認知症



チームオレンジ

① チームオレンジふなっこ

会 場 堀船ふれあい館 ホールAB
住 所 堀船3-7-12
日 時 第1火曜 (14:00~15:30)
問合せ 田村
090-1118-6620



チームオレンジのこちゃんサポーターが運営するカフェです。認知症があるなしに関わらず、皆さんで話し合い、好きなことを実践しています！専門職に不安や悩みを相談することもでき、昭和町・堀船高齢者あんしんセンターも参加しています。



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

② 絵本読み聞かせ自主グループカスタネット

会 場 UR王子5丁目団地6号棟集会所
住 所 王子5-2-6 1階
日 時 第2・4水曜 (13:30~16:30)
問合せ 王子光昭苑高齢者あんしんセンター
03-3927-8899



認知症予防の三原則“身体を使い、頭を使い、気をつかう”を実践している絵本読み聞かせグループです。

ほぼ全員が認知症サポーターで、高齢者施設や児童施設等にて、認知機能の低下があっても皆で助け合いながら活動しています。



東京メトロ南北線王子神谷駅1番出口より徒歩5分

オレンジカフェ

③ 名主の滝オープンカフェ

会 場 名主の滝老人いこいの家3階
住 所 岸町1-15-25
日 時 第4水曜 (14:00~15:15)
問合せ 十条台高齢者あんしんセンター
03-5948-5630



誰もが安心して参加できるカフェです。専門職に相談もできます。お菓子とコーヒーを用意してお待ちしております♪

※参加費100円



J R 王子駅北口より徒歩10分

④ 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



若年性認知症のある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

5 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



東京メトロ南北線王子神谷駅1番出口より徒歩5分

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、家族同士の交流もあり。
 学んで相談もできてほっとできるカフェです。

7 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

どなたでも参加いただけます。お菓子とコーヒーを囲んで気軽に話しましょう。

※参加費100円

6 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。

8 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。

9 Jサロン

会場 上十条ふれあい館第1ホール
住所 上十条3-3-9 上十条区民センター1階
日時 第3火曜 (13:30~14:30)
 十条高齢者あんしんセンター
問合せ 03-5948-9981



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。

※令和8年度4月より上十条ふれあい館1階第1ホールになります。

※十条高齢者あんしんセンターは、令和8年3月16日に移転しました。

11 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

10 きたい〜な梅の木

会場 梅の木 十条店 パレジュール2階
住所 上十条2-24-10
日時 第2水曜 (14:00~15:00)
問合せ 十条高齢者あんしんセンター
 03-5948-9981



喫茶店の一部をお借りしてカフェを開催しています。

好きな飲み物を楽しみながら過ごせます。

ホッとできるひとときを！

※エレベーターあり

※参加費400円 (ワンドリンク付)

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

13 ちょいカフェ

会 場 介護複合施設TOKI 1F
住 所 神谷1-22-8
日 時 第2金曜 (14:00~15:00)
問合せ 神谷デイサービス
03-3914-5537



どなたでも気楽にご利用いただけるように明るくアットホームな雰囲気でお待ちしております。

15 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。

14 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



今年度より7月・11月・3月のみウエルガーデン西が丘園にて第4日曜日10:00~11:30で開催を予定しています。この3か月は飲食可能です。

※参加費100円

※7、11、3月のみ第4日曜 (10:00~11:30)

会場: ウエルガーデン西が丘園

住所: 西が丘 3-16-27

16 にこにこカフェ

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



J R 赤羽駅東口より徒歩5分



こんちゃんサポーターの方々が皆さんとお話して楽しく過ごしています。

会場では開始前後にBGMを流しているの、聞きたい曲があればリクエストしてください。

17 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。

19 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



J R北赤羽駅 浮間口・J R浮間舟渡駅より徒歩10分



お茶をしながら催しを楽しんだり、わんちゃんとお散歩したり…。

きっと楽しいひと時を過ごせるカフェです。どうぞお気軽に…。



18 ふくろカフェ

会 場 赤羽北区民センター 2階 第1ホールA
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。

20 桐 花

会 場 桐ヶ丘一丁目アパート集会所
住 所 桐ヶ丘1-11
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
03-5948-6517



国際興業バス「赤羽郷」バス停より徒歩1分



地域の方も気軽に立ち寄れる和気あいあいとしたカフェです。

専門職によるミニ講座（隔月）や絵本の読み聞かせなども行っています。

21 朋カフェ

会 場 うきま幸朋苑2階ブレッド&バター
住 所 浮間5-13-1
日 時 第1土曜 (14:00~15:00)
問合せ 介護老人福祉施設 うきま幸朋苑
 03-5914-1331



歯科衛生士・言語聴覚士・看護師等の専門職を配置しています。皆様のお役に立てることがきっとあります！ぜひ、お立ち寄りください。



23 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 西ヶ原2-24-8 リッシェル飛鳥山
日 時 第4土曜 (10:00~11:30)
問合せ 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター
 03-3940-9175



J R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。

22 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



★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。



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

24 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 西ヶ原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「西ヶ原四丁目」停留場より徒歩10分

「西ヶ原みんなの公園」が見渡せる景色の良い場所で専門職が個別でご相談をお伺いいたします。年数回、ボランティアによる音楽演奏会のイベントも企画しています。

※個別相談は予約優先となります。

25 きたい～な はくちょう

会 場 田端ふれあい館 2階第1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



和気あいあいとした雰囲気のカフェです。音楽や社交ダンス、ボランティアさんの企画も行っています。お気軽にご参加ください。



J R田端駅より徒歩10分

27 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



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。



都電荒川線「梶原」停留所より徒歩3分

26 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



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？



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

28 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、医師を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♪



J R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

29 カフェ・プリンス

会 場 グランダ王子1階ティールーム
住 所 堀船1-6-6
日 時 第3水曜 (14:00~15:30)
問合せ グランダ王子
03-5902-5861



北区のホームで、お茶を飲みながら楽しくお話しませんか？
予約不要・参加無料でどなたでも気軽にお立ち寄りいただけます。

31 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 西が丘園高齢者あんしんセンター
03-5924-7715



J R 赤羽駅東口より徒歩 5 分



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。

30 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



J R 十条駅北口より徒歩 1 分



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？

32 家族の集いカフェ滝野川

会 場 ふれあいセンター
住 所 堀船3-31-15
日 時 第2月曜 (13:30~15:00)
問合せ 滝野川西高齢者あんしんセンター
03-6903-4015



都電荒川線「梶原」停留場より徒歩 3 分



サポーターの方々は気さくで話しやすい雰囲気みなさまをお待ちしています。

令和8年度 日程表

チームオレンジ

★ 医（医師） 心（臨床心理士） 作（作業療法士） がいます

カフェ名	問い合わせ先	開催場所	曜日 時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1 チームオレンジ ふなっこ	田村 Tel.090-1118-6620	堀船ふれあい館 ホールAB	第1火曜 14:00～15:30	日 講師	7	休	2	7	4	1	6	3	1	5	2	2
2 絵本読み聞かせ 自主グループ カスタネット	王子光臨苑高齢者 あんしんセンター Tel. 03-3927-8899	UR王子5丁目団地 6号棟集会所	第2・4水曜 13:30～16:30	日 講師	8 22 13 27	10 24 8 22 12 26 9 23 14 28 11 25 9 23 13 27 10 24 10 24	作				心				医	

王子地区

カフェ名	問い合わせ先	開催場所	曜日 時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3 名主の滝 オープンカフェ	十条台高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5948-5630	名主の滝 老人いこいの家3階	第4水曜 14:00～15:15	日 講師	22	27	24	22	26	30※	28	25	23	27	24	24
4 若年性認知症 カフェハーモニー		十条台高齢者 あんしんセンター	第1金曜 10:00～11:00	日 講師	3	1	5	3	7	4	2	6	4	8※	5	5
5 きたい～な王子	王子光臨苑高齢者 あんしんセンター Tel. 03-3927-8899	UR王子5丁目団地 6号棟集会所	第3土曜 14:00～15:30	月 講師	18	16	20	18	15	19	17	21	19	16	20	20
6 ほろよいカフェ	豊島高齢者 あんしんセンター Tel. 03-6903-2712	北とびあ他	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)	日 講師	22		27		26		24		23		27	
7 きたい～な豊島		豊島ふれあい館 2階第5和室	第2・4金曜 14:00～15:30 (場合により30分延長あり)	日 講師	10 24 8 22 12 26 10 24 14 28 11 25 9 23 13 27 11 25 8 22 12 26 12 26			医		作	心				医	心
8 さくらカフェ	王子生協病院 Tel. 03-3912-2201	豊島虹のセンター	第3金曜 14:00～16:00	日 講師	17	15	19	17	21	18	16	20	18	15	19	19
9 Jサロン	十条高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5948-9981	上十条ふれあい館 1階 第1ホール	第3火曜 13:30～14:30	日 講師	21	19	16	21	18	15	20	17	15	19	16	16
10 きたい～な梅の木		梅の木十条店 パレージュ2階	第2水曜 14:00～15:00	日 講師	8	13	10	8	12	9	14	11	9	13	10	10
11 おたくさ	東十条・神谷高齢者 あんしんセンター Tel. 03-6908-4711	東十条ふれあい館 4階 第二ホール	第2金曜 13:30～14:30	日 講師	10	8	12	10	14	11	9	13	11	8	12	12
					心	作	医			心		作	心		医	心

※ … 祝日等により変更しています

王子地区

★ 医（医師） 心（臨床心理士） 作（作業療法士） がいます

カフェ名	問い合わせ先	開催場所	曜日 時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
12 井戸端カフェ	アイムス赤羽 Tel. 03-3598-8630	アイムス赤羽	第1火曜 14：00～15：30	日 講師	7	12※	2	7	4	1	6	3	1	13※	9※	9※
13 ちよいカフェ	神谷デイサービス Tel. 03-3914-5537	介護複合施設 TOKI 1F	第2金曜 14：00～15：00	日 講師	10	8	12	10	14	11	9	13	11	8	12	12

赤羽地区

カフェ名	問い合わせ先	開催場所	曜日 時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
14 カフェ西が丘	西が丘園高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5924-7715	赤羽文化センター (7月11月3月のみウエル ガーデン西が丘園)	第4木曜 14：00～15：00 (7月11月3月のみ第4 日曜10:00～11:30)	日 講師	23	28	25	26	27	24	22	22	24	28	25	28
15 おむすびカフェ	みずべの苑高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5941-6722	志茂ふれあい館	第4水曜 14：00～15：00	日 講師	22	27	24	22	26	23	28	25	23	27	24	24
16 にこにこカフェ	赤羽高齢者 あんしんセンター Tel. 03-3903-4167	赤羽会館3階 第2集会室	第4金曜 13：30～15：00	日 講師	24	22	26	24	28	25	23	27	25	22	26	26
17 おしゃべりカフェ		正光寺	第4木曜 14：00～15：30	日 講師	23	28	25	23	27	24	22	26	24	28	25	25
18 ふくろカフェ	赤羽北高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5948-5940	赤羽北区民センター 2階第1ホールA	第1水曜 13：30～15：30	日 講師	1	6	3	1	5	2	7	4	2	6	3	3
19 浮しまカフェ	浮間高齢者 あんしんセンター Tel. 03-3558-3689	浮間区民センター 3階	第4土曜 13：30～15：30	日 講師	25	23	27	25	22	26	24	28	26	23	27	27
20 桐花	桐ヶ丘やまぶき荘 高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5948-6517	桐ヶ丘一丁目 アパート集会所	第2土曜 14：00～15：00	日 講師	11	9	13	11	8	12	10	14	12	9	13	13
21 朋カフェ	介護老人福祉施設 うきま幸朋苑 Tel. 03-5914-1331	うきま幸朋苑 2階 ブレット & バター	第1土曜 14：00～15：00	日 講師	4	2	6	4	1	5	3	7	5	9※	6	6

※ … 祝日等により変更しています

滝野川地区

★ 医（医師） 心（臨床心理士） 作（作業療法士） がいます

カフェ名	問い合わせ先	開催場所	曜日 時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
22 かすみそうカフェ	滝野川西高齢者 あんしんセンター Tel. 03-6903-4015	滝野川西 ふれあい館 第1ホール	第3月曜 13:30～15:30	日 講師	20	18	15	20	17	21	19	16	21	18	15	15
23 カフェあすか	飛鳥晴山苑高齢者 あんしんセンター Tel. 03-3940-9175	グループホーム ほくとひまわりの家	第4土曜 10:00～11:30	日 講師	25	23	27	25	22	26	24	28	26	23	27	27
24 ティールームさくら		飛鳥晴山苑内 「ティールームさくら」	第4土曜 14:30～15:30	日 講師	25	23	27	25	22	26	24	28	26	23	27	27
25 きたい～な はくちよう	滝野川はくちよう 高齢者 あんしんセンター Tel. 03-3822-6080	田端ふれあい館 2階第1ホール	第4木曜 13:30～15:00	日 講師	23	28	25	23	27	24	22	26	24	28	25	25
26 カフェしょうわ	昭和町・堀船高齢者 あんしんセンター Tel. 03-6807-6961	昭和町ふれあい館 第1ホール	第2木曜 14:00～15:30	日 講師	9	14	11	9	13	10	8	12	10	14	11	11
27 オレンジカフェ らいちよう	地域密着型らいちよう デイサービスセンター Tel. 03-5902-5977	地域密着型らいちよう デイサービスセンター	第4火曜 14:00～15:00	日 講師	28	26	23	28	25	22	27	24	22	26	23	23
28 新町光陽苑 ぼっぼカフェ	新町光陽苑高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5855-1219	新町光陽苑	第2水曜 14:00～15:30	日 講師	8	13	10	8	12	9	14	11	9	13	10	10
29 カフェ・プリンス	グランダ王子 Tel. 03-5902-5861	グランダ王子1階 ティールーム	第3水曜 14:00～15:30	日 講師	15	20	17	15	19	16	21	18	15	20	17	17

家族の集いカフェ（ご家族・介護者向け）

30 家族の集い十条	十条高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5948-9981	大東京信用組合 十条支店3階	第1木曜 14:00～15:30	日 講師	2	7	4	2	6	3	1	5	3	7	4	4
31 家族の集いカフェ あかばね	西が丘国高齢者 あんしんセンター Tel. 03-5924-7715	赤羽会館3階 第2集会室	第2土曜 10:00～11:00	日 講師	11	9	13	11	8	12	10	14	12	9	13	13
32 家族の集いカフェ 滝野川	滝野川西高齢者 あんしんセンター Tel. 03-6903-4015	ふれあいセンター	第2月曜 13:30～15:00	日 講師	13	11	8	13	10	14	19※	9	14	18※	8	8

※ … 祝日等により変更しています