

# 認知症のこと・・・話してみませんか？

## オレンジカフェのご案内

身近にある「カフェ」のように気軽に認知症の相談をしたり、参加者同士が交流したりして楽しくすごす、そんな場所です。長岡市と、家族の会・関係機関が協働で行っています。ぜひ、お立ち寄りください！



### 対象

- 認知症の心配がある人や現在治療中の人
- 介護をしている（経験のある）人
- 認知症に関心のある人
- 「近所にあるから行ってみたい」「相談してみたい」などどなたでもご参加いただけます！

### 内容

- 参加者同士の情報交換や相談
- 介護者や専門職からのアドバイス
- 講座やリフレッシュのためのイベント など

### 参加費

実施内容に応じて、1回につき100円程度（無料の場合もあります。）

### その他

参加をご希望の方は、各カフェの担当者に御連絡いただき、参加の申し込みをお願いします。

（参加の制限をさせていただく場合があります。）



## オレンジカフェ参加にあたっての注意事項

令和5年5月8日から、新型コロナウイルス感染症が感染症法上で5類(インフルエンザと同類の取扱い)に位置付けられましたが、以下のことにご協力くださるようお願いいたします。

- ①参加者及び同居のご家族に発熱や体調不良などの症状がある方はお控えください。
- ②マスクの着用は個人の判断とします。ただし、高齢者など重症化リスクの高い方が多くおられる高齢者施設などで開催する場合は、マスクの着用を推奨します。

## 令和7年度オレンジカフェ開催予定(R8.1.5現在)

注意事項や日程は、感染症拡大等による社会情勢の変化に伴い、変更・中止となる場合もあります。

長岡市ホームページでも予定を公開しておりますので、ご確認ください。

長岡市ホームページ「オレンジカフェ(認知症カフェ)」

<https://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate06/orange-cafe.html>

QRコードから  
アクセス



本パンフレットに掲載されているカフェ以外にも、開催を計画中です！  
詳細は、長寿はつらつ課(Tel.0258-39-2268)へお問い合わせください。

## 認知症の人と家族の会「つどい」

### 開催日

4/12(土)、5/10(土)、6/14(土)  
7/12(土)、9/13(土)、10/11(土)  
11/8(土)、12/13(土)、3/14(土)  
13:30~15:30  
※8月・1月は開催しません。

### 会場

長岡市立中央図書館 講座室  
(長岡市学校町1-2-2)

### 問合せ

認知症の人と家族の会  
080-5014-8270(木村)  
090-7277-9794(神保)

ご本人も介護者も、ほっとくつろげる居場所です。  
他にも開催しています。

- ・社会福祉センター「トモシア」  
第3金曜 13:30~15:30
- ・長岡駅cocolo2階「スターバックス」  
第4水曜 10:00~11:30



### 認知症の人と 家族の会

## 「オンライン★オレンジカフェ」 オンラインで参加可能です！

### ●日時

毎月第3金曜日  
13時30分から15時まで  
※ 社会福祉センター「トモシア」で開催  
されているオレンジカフェと繋がります。

### ●申込方法

開催日の1週間前までに、氏名・住所・電話番号を記載の上、長岡市長寿はつらつ課へメールで  
お申し込みください。【メールアドレス: hatsuratsu@city.nagaoka.lg.jp】

パソコンやスマートフォンのアプリケーション

「ZOOM(ズーム)」を使用します。

参加希望者には、参加のための招待URL等を事前に  
メールでお送りします。



## オレンジカフェin川崎

開催日

4/20(日)、5/18(日)、6/15(日)  
8/17(日)、9/21(日)、10/4(土)  
11/16(日)、12/21(日)、1/18(日)  
2/15(日)、3/15(日)  
10:00~12:00

会場

高齢者総合福祉相談センター川崎  
(長岡市川崎町563-1)

問合せ

高齢者総合福祉相談センター川崎  
(電話: 31-8551)

認知症の人とそのご家族がお互いの存在を認め合い、思いやる心を育むこと。地域で暮らす人々の元気と笑顔にふれ、繋がり合いと共生の架け橋となるように…。本人とご家族にしか気づけないもの。それを生み出すシャボン玉のようなカフェです。  
まずはお気軽にご参加ください。



## オレンジカフェ新町わいが家

開催日

4/26(土)、5/24(土)、6/28(土)  
7/26(土)、8/23(土)、9/27(土)  
10/25(土)、11/22(土)、12/20(土)  
1/24(土)、2/28(土)、3/28(土)  
9:30~11:00

会場

地域交流スペース「新町わいが家」  
(長岡市泉1-7-20)

問合せ

ながおか医療生活協同組合  
(電話: 30-1161)

作業療法士の簡単体操、栄養士による講話、脳トレ系レクリエーションなどいろいろな企画を用意しています。福祉の相談スタッフもいます。気軽にお越しください！  
今年度10月からはより楽しめる形にリニューアルを予定しています！  
ご期待ください！



## まちなねオレンジカフェ大島

開催日

4/27(日)、5/25(日)、6/22(日)  
7/27(日)、8/24(日)、9/28(日)  
10/26(日)、11/23(日)、12/28(日)  
1/25(日)、2/22(日)、3/22(日)  
14:00~15:00

会場

サポートセンター大島2F  
地域交流スペース  
(長岡市大島町字谷内甲1161)

問合せ

サポートセンター大島  
(電話: 28-2161)

まちなねオレンジカフェ大島ではプロフィットネスインストラクターによる認知症予防に繋がるレッスン、専門講師による講座を実施しています。楽しく笑いあふれる時間を体験してください。お待ちしております！



## まちなねオレンジカフェ上除

**開催日**  
4/6(日)、5/4(日)、6/8(日)  
7/6(日)、8/3(日)、9/21(日)  
10/5(日)、11/2(日)、12/7(日)  
1/18(日)、2/1(日)、3/1(日)  
13:30~15:00

元気な時も、認知症になってからも、ずっと続けて通えるカフェです。新しい出会いがあるかもしれません。一度お立ち寄りください。

**会場**  
上除町西1丁目公民館  
【通称:木の芽ハウス】  
(上除町西1丁目1875-15)

**問合せ**  
ケアプランセンター上除  
(電話: 42-8503)



## オレンジカフェin中之島

**開催日**  
4/10(木)、5/8(木)、6/5(木)  
7/10(木)、8/14(木)、9/11(木)  
10/9(木)、11/6(木)、12/11(木)  
1/8(木)、2/12(木)、3/12(木)  
14:00~15:30

和やかな雰囲気を大切にしながら地域の方々が来やすく、気軽に相談ができる場所。ご家族だけでは解決できない事も多くあります。悩まずにオレンジカフェin中之島に足を運んでください。

**会場**  
高齢者総合施設中之島  
(長岡市中之島2105-6)

**問合せ**  
高齢者総合施設中之島  
(電話: 61-2828)



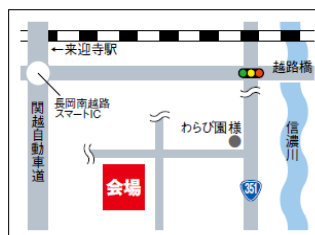
## オレンジカフェ「こしじの空」

**開催日**  
4/4(金)、5/2(金)、6/6(金)  
7/4(金)、8/8(金)、9/5(金)  
10/3(金)、11/7(金)、12/5(金)  
1/9(金)、2/6(金)、3/6(金)  
14:00~16:00

ゆったりとした時間を大切にし、認知症について話し合う機会や、相談が気軽にできるカフェにしたいと思い活動しています。お気軽に、お越しください。

**会場**  
小規模多機能型居宅介護あおぞら館  
(長岡市浦5041-4)

**問合せ**  
小規模多機能型居宅介護あおぞら館  
(電話: 86-8817)





## オレンジカフェinみしま

開催日 4/15(火)、5/20(火)、6/17(火)  
7/15(火)、8/19(火)、9/16(火)  
10/21(火)、11/18(火)、12/16(火)  
1/20(火)、2/17(火)、3/17(火)  
14:30~15:30

会場 長岡市デイサービスセンターみしま  
(長岡市宮沢354-1)

問合せ 特別養護老人ホームみしま園  
(電話: 42-3131)

認知症のご本人・ご家族で「どうすればいいの?」と不安を抱えている方や「認知症についてもっと知りたい」と思っている方が交流する場です。自然に囲まれ、季節感を感じられる「みしま」でお待ちしております。



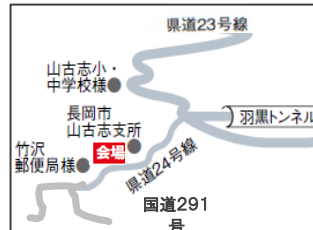
## オレンジカフェ「やまこし」

開催日 4/16(水)、5/21(水)、6/18(水)  
7/16(水)、8/20(水)、9/17(水)  
10/15(水)、11/19(水)、12/17(水)  
1/21(水)、2/18(水)、3/18(水)  
9:30~11:00  
※8/20(水)は13:30~15:00

会場 やまこし復興交流館おらたる  
(長岡市山古志竹沢甲2835)

問合せ 中越防災フロンティア  
(電話: 41-1203)

オレンジカフェやまこしでは、認知症予防講座や軽運動、保健師の健康相談を行っています。また山古志内14集落の住民が月に1回顔を合わせる、地域の茶の間としての大切な場でもあります。笑顔あふれる会に、ぜひお気軽にご参加ください。



## オレンジカフェなじょらい「おぐに」

開催日 4/10(木)、5/8(木)、6/12(木)  
7/10(木)、8/7(木)、9/11(木)  
10/9(木)、11/13(木)、12/11(木)  
1/8(木)、2/12(木)、3/12(木)  
14:00~16:00

会場 おぐにコミュニティセンターだんだん  
(長岡市小国町新町304番地1)

問合せ 社会福祉法人 小越会 おごしの里  
(電話: 95-3110)

「なじょらい、寄って行かんかい」と、どなたでも気軽に立ち寄っていただけるカフェです。認知症のことだけでなく、介護のこと、不安なことなど、ざっくばらんに、お話しませんか?



## オレンジカフェinわしま

開催日

4/16(水)、5/21(水)、6/18(水)  
7/16(水)、8/20(水)、9/17(水)  
10/15(水)、11/19(水)、12/17(水)  
1/21(水)、2/18(水)、3/18(水)  
14:30~15:30  
8/20(水)は14:00~15:30

会場

地域密着型複合施設わしま  
(長岡市小島谷3399)

問合せ

地域密着型複合施設わしま  
(電話: 89-8560)

今年度は和島地域の中に出向いてオレンジカフェを開催していきます。お互いさま、おかげさまの気持ちを持ち寄って「ともに、生きていく」ひとときを過ごしましょう。



## オレンジカフェin寺泊

開催日

5/15(木)、6/19(木)、7/17(木)  
8/21(木)、9/18(木)、10/16(木)  
11/20(木)、12/18(木)、1/15(木)  
2/19(木)、3/19(木)  
14:00~15:30

会場

特別養護老人ホーム桐原の郷  
(長岡市寺泊下桐3700-1)

問合せ

特別養護老人ホーム桐原の郷  
(電話: 0256-97-5000)

「オレンジカフェinてらどまり」は活動を通じて認知症の理解を深めるための活動をしています。認知症の人やご家族、認知症について知りたい方等、皆様一緒にひとときを過ごしませんか。お気軽にお越しください。



## オレンジカフェてまり

開催日

4/19(土)、5/17(土)、6/21(土)  
7/19(土)、8/16(土)、9/20(土)  
10/18(土)、11/15(土)、12/20(土)  
1/17(土)、2/21(土)、3/21(土)  
14:00~15:00

会場

夢住んで平いて(むすんでひらいて)  
(長岡市平1-3-55)

問合せ

てまり総合ケアセンター  
(電話: 51-5005)

「オレンジカフェてまり」は認知症の方やそのご家族、地域住民の方など、誰もが参加でき、和やかに集うことができる場所です。今年度より、「認知機能低下予防プログラム」を取り入れて開催いたしますので、お気軽にご参加ください。



# オレンジカフェin与板

開催日

4/16(水)、5/21(水)、6/18(水)  
7/16(水)、8/20(水)、9/17(水)  
10/15(水)、11/19(水)、12/17(水)  
1/21(水)、2/18(水)、3/18(水)  
10:00~11:00

会場

介護老人保健施設グリーンヒル与板  
(長岡市与板町榎原393-8)

問合せ

介護老人保健施設グリーンヒル与板  
(電話: 72-2500)

認知症の人とご家族が地域の中でいきいきと暮らしていけるようカフェを通じ、語り合いませんか。そして認知症について、共に理解を深めていきましょう。皆様のお越しをお待ちしております。

