

やまぐち認知症カフェ

# お散歩まっふ



自然と笑顔に

なれる場所

主催：山口県

共催：第7回山口県認知症カフェサミット実行委員会

(認知症のひとと家族の会山口県支部、山口県介護福祉士会、山口県作業療法士会、山口県精神保健福祉士協会、山口県立大学、山陽小野田市)

山口県健康福祉部長寿社会課

vol. 02

# 認知症カフェって？

認知症の方やそのご家族、地域住民、  
医療・介護職員など、誰もが気軽に集い、  
情報交換や交流ができる憩いの場です。





# CONTENTS

1-2 カフェ Q&A

3-36 山口県 各市町の認知症カフェの紹介

3-4	●下関市	12	●上関町	21-22	●下松市	31-32	●宇部市
5-6	●長門市	13-14	●柳井市	23-24	●光市	33-34	●美祢市
7-8	●萩市	15-16	●周防大島町	25-26	●周南市	35	●山陽小野田市
9-10	●岩国市	17-18	●田布施町	27-28	●山口市		
11	●和木町	19-20	●平生町	29-30	●防府市		

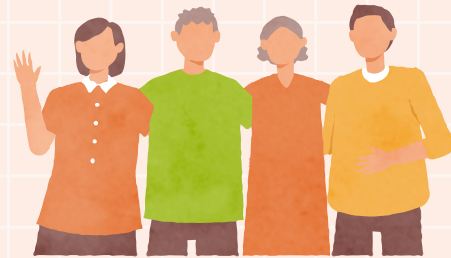
山口県には多くの  
認知症カフェがあります。  
認知症の方や  
そのご家族はもちろん、  
どなたでもご利用いただけます。  
ぜひお近くのカフェに  
足を運んでみてください。





# Q & A 認知症カフェは どんな場所？

認知症の人やその家族、地域住民、医療・介護職員など、  
誰もが気軽に集い、情報交換や交流ができる憩いの場です。  
ここでは、認知症について知る、学ぶ、考えることができます。  
名称や運営主体、行っているメニューはそれぞれ異なります。  
認知症カフェには、介護保険制度や地域の社会資源をよく知る  
専門家などが関わっており、相談もできます。  
ひと息ついて、日頃の思いを語り合うだけではなく、あらたな出会い、地域とのつながりの場です。  
さあ、気楽な気持ちで一度訪れてみましょう。



## Q 認知症の人や家族のための場所ですか？

A 認知症の人や家族だけではなく、誰でも訪れることができる場所が認知症カフェの特徴です。  
認知症について知りたい、学びたい、考えたい、誰かとおしゃべりしたい。  
認知症になってからも安心して暮らせる地域を創っていく場所です。

## Q 何が行われているのですか？

A 喫茶店やカフェのように、自由に時間を過ごしてもらうことができます。  
レクリエーションや歌が主な目的ではありません。気軽にコーヒー等を飲みながら語り合い、  
講話を聴いたり、情報を得ることもできます。詳しくは各主催者へお問い合わせください。

## Q 申込みは必要ですか？

A 申込みは不要なカフェがほとんどです。  
ぜひ喫茶店やカフェに訪れる感覚でお越しください。

## Q 高齢者の老人クラブやいきいきサロンと同じですか？

A 訪れる方は高齢者だけではなく、子ども、若い方など様々です。  
認知症について気軽に学び、同じ悩みを持つ方と繋がり、専門的な相談もできます。  
そのことから高齢者サロンとは異なります。

## Q 誰が運営しているのですか？

A 認知症カフェは公的な制度に基づくものではなく、  
地域の認知症のことを支える専門職やボランティアなど様々な人が運営をしています。

## Q どのくらいの頻度で行われていますか？

A 月1回程度開催しているところがほとんどです。  
開催時間は平均2時間ぐらいです。

## Q どのくらい費用が掛かるものですか？

A カフェによって異なりますが、0円～300円/回のところが多いです。

## Q そこには誰がいますか？

A 認知症の本人、家族、地域の人、そして専門職などがいます。

## Q 介護保険サービスですか？

A 介護保険サービスではありません。  
年齢を問わず誰でも気軽に訪れることができます。

## Q カフェに参加したいと思ったら？

A 自分の住む地域の認知症カフェの情報を得たいときはお住まいの市町の高齢福祉担当課へ  
お尋ねください。カフェの一覧を載せている市町も増えていますので、市町のホームページを  
チェックしてみましょう。

## Q 初期の認知症と診断されましたが、行っても大丈夫ですか？

A 気兼ねなくお越しください。  
まずはご家族だけ来ていただくこともできます。  
日常生活で不安なこと、気がかりなことがあればカフェにいる専門職にお気軽にご相談ください。

## Q 今の介護サービスや治療方針の不安についても話せますか？

A もちろん大丈夫です。ここでは、どのような話でも、他の本人・家族やスタッフとリラックス  
した雰囲気です話すことができます。



# 下関市の認知症カフェCafe

- 現在、開催中の認知症カフェは16か所あります。
- 認知症がある人もない人も、子どもから大人まで誰でも気軽に利用できるカフェです。認知症について相談することもでき、誰もが暮らしやすい地域を考えていく場です。
- 各カフェの詳細については、下関市のホームページをご確認ください。

<https://www.city.shimonoseki.lg.jp/soshiki/40/3551.html>



No.	名称	活動日時	活動場所
1	muku muku café	毎月第3水曜日 14:00~15:00	棕野町町民館
2	オレンジカフェ唐戸そらおと	毎週土曜日 13:30~15:30	スマートエイジングラボそらおと
3	オレンジカフェつづみ	毎月第2土曜日 13:30~15:00	西部公民館
4	オレンジカフェケアタウン山の田	毎月第3水曜日 14:00~15:30	ケアタウン山の田
5	オレンジ喫茶ひこしま	奇数月第2水曜日 10:00~11:45	アイユウの苑しおはま
6	オレンジカフェ古城	毎月第1水曜日 13:30~15:30	古城町集会所
7	オレンジカフェピース	偶数月第1日曜日 13:00~14:00	古城町生活相談室
8	オレンジカフェ 縁が和	毎月第4金曜日 (祝日を除く) 10:00~11:30	長府公民館
9	展望喫茶 蘭	毎週火・木曜日 (祝日を除く) 13:00~15:00	アイユウ城下町長府
10	オレンジカフェ陣屋の森	毎月第3日曜日 14:30~16:30	ふれあい館 陣屋の森
11	稗田病院 長州カフェ	偶数月第3土曜日 13:30~15:30	稗田病院 デイケア
12	ららカフェ	毎月第2土曜日 14:00~16:00	下関病院附属地域診療クリニック
13	カフェ新秋根	毎月1回 (詳細はお問合せください) 14:00~15:30	新秋根集会所
14	Dカフェ	不定期 (詳細はお問合せください) 10:00~12:00	スターバックスーの宮店
15	オレンジカフェまんてん	奇数月第3土曜日 14:00~15:30	まんてんの星
16	立ち寄り処 ほっちゃ	毎月第4日曜日 13:30~15:00	豊浦コミュニティ情報プラザ

下関市

## オレンジカフェ 唐戸そらおと

唐戸地域の大人の集い場カフェです☕

唐戸地域の大人の集い場として体操や脳トレをしながらカフェを開催しています。「話ができて楽しい」、「来ることが楽しくなって1週間が早くまりました」、「ここに巡り合って良かった」と皆さんの表情も明るく、楽しい雰囲気です。毎週10名~20名の方が徒歩や交通機関で来られています。高齢になって認知症などの病気があっても自宅で暮らしながら通い続ける場がある地域づくりを目指しています。

連絡先 合同会社SORA 深沢 寛久 ☎083-250-8992

会場

下関市中之町8-13  
スマートエイジングラボ そらおと

開催時期

毎週土曜日  
13:30~15:30

参加申込

無し

参加費

300円

下関市

## オレンジカフェ 陣屋の森

オレンジカフェ陣屋の森では、地域で暮らしている方から、認知症当事者、認知症がある方と暮らしているご家族、病院や福祉事業所の専門職の方など様々な方に参加いただいています。また、個別にゆっくり相談出来る場所も準備しており、介護や認知症の相談等がしやすいよう配慮しています。そして、参加費の200円で社会福祉法人やまばと会員光園で焙煎したコーヒーが飲み放題でお菓子もありますので、コーヒー目的で参加される方もおられます。

連絡先 久賀 光 ☎070-8394-0974

会場

下関市清末西町1丁目6番10号

開催時期

毎月第3日曜日  
14:30~16:30

参加申込

事前予約不要

参加費

200円

下関市

## Dカフェ

自由な空間、特に催しはなし、認知症の方本人からの発信やご家族の介護体験の紹介など専門職を交えての対話。

連絡先 下関市勝山・内日地域包括支援センター 佐々木利恵 ☎083-227-2700

会場

スターバックス  
下関一の宮町店内

開催時期

不定期(2か月ごと開催)

参加申込

事前予約なし  
どなたでも当日参加可能

参加費

ワンドリンク注文



# 長門市の認知症カフェCafe

## 長門市の 認知症カフェの 特徴

- 少人数で和気あいあいとした雰囲気  
でアットホームなところ♪

## カフェの 活動内容

- 折り紙や塗り絵など、脳を元気に保つための活動を行います。
- おしゃべりなど、みんなで楽しんでいます。
- もの忘れに関する事など、個別に相談も行えます。

## 認知症カフェの 運営応援

- 市広報による周知(毎月)。
- チラシの配布(公的機関、医療機関等)。
- 民生児童委員、介護支援専門員、医療機関等へ周知。
- 相談時に個別に声掛け。



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料	カフェからのひとこと
1	おいで～家 カフェ	毎月第4木曜日 10:00～12:00	YYふれあいセンター (多目的交流ホール②)	100円	認知症の方、ご家族、地域の方の交流の場 です。どなたでもお越しください。
2	オレンジカフェ うさぎ	毎月第3土曜日 10:00～12:00	おしゃべり カフェうさぎ	200円	認知症ケア専門士の資格を持った看護師が いますので、お気軽にご相談ください。
3	オレンジカフェ モモとまめの木	毎月第1水曜日 10:00～12:00	モモとまめの木	200円	静かな里で一緒にストレス発散はいかがでしょう!! どなたでもお越しください。お待ちしております。

## 長門市

## おいで～家カフェ

居心地のよい時間を  
過ごしませんか？

「おいで～家カフェ」では、認知症の方やご家族、地域の方、専門職などが集い、情報交換や脳活性の活動を行っています。みなさんが居心地のよい時間を過ごすことを目的としており、少人数で和気あいあいとした雰囲気、アットホームなところ。参加されるみなさんが主役のため、みなさんの得意なことや取り組みたいことが楽しく行える活動内容にするよう心掛けています。

### 連絡先

長門市役所 高齢福祉課 地域包括ケア推進室 ☎0837-23-1244

### 会場

YYふれあいセンター  
多目的交流ホール②  
(長門市役所油谷支所となり)  
長門市油谷新別名964番地

### 開催時期

毎月第4木曜日  
10:00～12:00

### 参加申込

申し込み不要  
いつでもお気軽にどうぞ

### 参加費

100円

## カフェからのメッセージ

認知症の方やご家族、地域の方など、どなたでも参加できる交流の場です。  
お茶やお菓子を楽しみながら、おしゃべりしませんか？  
どなたでも、お気軽にお越しください。お待ちしております。

## 長門市

## オレンジカフェうさぎ

いつまでも自分らしい  
人生を送りましょう

参加者の気持ちに寄り添い笑顔が生まれる時間を提供しています。また認知症ケア専門士の資格を持った看護師が家族の相談に乗っています。

### 連絡先

健幸カフェうさぎ 石井 一恵 ☎0837-27-0304

### 会場

おしゃべりカフェうさぎ  
長門市東深川991-13  
サクラメントビル1階

### 開催時期

第3土曜日

### 参加申込

申し込み無し

### 参加費

200円

## カフェからのメッセージ

誰でも参加できるカフェです。まだまだ参加者が少ないですが皆さんに認知症について知って頂ける場所になっていけば嬉しいです。  
また認知症当事者の方が笑顔で過ごせる居場所になれば良いと思います。



# 萩市の認知症カフェCafe

## 萩市の認知症カフェの特徴

- ボランティア(キャラバン・メイト、認知症サポーターステップアップ講座修了者)が中心となって運営しているカフェでは、地域ぐるみで開催し、居心地のよい交流の場となっています。
- 診療所の専門職が運営しているカフェでは、どなたでも気軽に集える場としてさまざまなプログラムの提供があります。大切な地域のコミュニティ拠点です。

## カフェの活動内容

- 認知症に関することや、健康づくりなどのミニ講座。
- お茶を楽しみながらおしゃべり。
- 季節行事や歌、レクリエーション、体操など。
- もの忘れや介護についての相談対応。

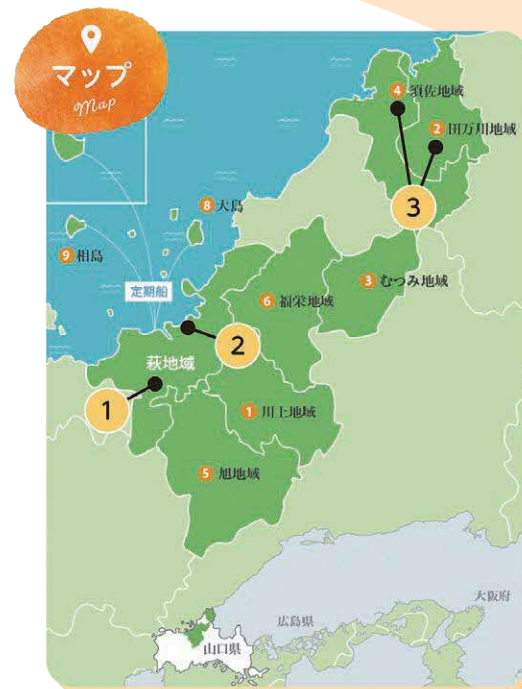
## 認知症カフェの運営応援

- 認知症カフェ運営補助金交付(希望する団体)。
- 認知症ケアパスやリーフレット、認知症月間の展示等でお知らせ。
- 関係者からの相談時や窓口で、集いの場として紹介。
- 毎回それぞれのカフェに、認知症地域支援推進員が参加。

萩市では、認知症について気軽に学び、人と出会い、地域とつながる場として、認知症カフェの立ち上げや運営を支援しています。  
詳細については、萩市地域包括支援センターにお尋ねください。



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	江向カフェ「お陽さま」	毎月3日 13:30~15:00	江向1区公会堂 (萩自動車学校横)	100円
2	街かどカフェ	毎月第1、2水曜日 11:00~14:00 (ランチあり) 毎月第3水曜日 13:00~15:00	四縁 (下五間町48番地)	ランチ 300円 カフェ 100円
3	和たすカフェ	毎月第3木曜日 13:30~15:30	●田万川(奇数月) 小川交流センター ●須佐(偶数月) 須佐保健センター	100円



楽しい時間で心も体もリフレッシュ!  
信頼できる仲間と出会い、また明日から頑張ろうと思える、そんな場所を目指しています!

## 萩市

## 江向カフェ お陽さま

ひとりひとりが主役になれて、  
助け合うことができる場所に

江向カフェ お陽さまは、地域のボランティアが中心となって運営しています。カフェの名前の「お陽さま」のとおり、あったかくほのぼのとした雰囲気が集える場所です。  
お茶を飲みながらおしゃべりをして、楽しい時間を過ごしましょう。もの忘れなど相談したいことがある方もお気軽にどうぞ。

🏠 会場  
江向1区公会堂

📅 開催時期  
毎月3日  
13:30~15:00

✓ 参加申込  
申し込み不要  
お気軽にどうぞ

¥ 参加費  
100円

## 萩市

## 街かどカフェ

認知症の人や家族、地域の人など  
誰もが気軽に集える場所です。

第1・第2水曜日のカフェはランチがあります。  
第3水曜日はプログラムありで認知症予防の話をしています。

🏠 会場  
萩市下五間町48 四縁

📅 開催時期  
第1水曜日・第2水曜日  
11:00~14:00  
第3水曜日  
13:00~15:00

✓ 参加申込 予約は無

¥ 参加費  
第1水曜日・第2水曜日  
ランチ300円  
第3水曜日  
100円

連絡先 田町診療所 篠田智子 ☎ 090-8993-0532

## 萩市

## 和たすカフェ

和たすカフェ(「和:和やかに・た:田万川・す:須佐」の意味)は2つの地域を繋ぐカフェ。今までにない形であり、須佐・田万川を1つにつなぐ重要な役割もあると感じています。

🏠 会場  
田万川:小川交流センター  
須佐:須佐保健センター

📅 開催時期  
第3木曜日  
13:30~15:30

✓ 参加申込  
事前申し込み(当日参加も可)

¥ 参加費  
100円



# 岩国市の認知症カフェCafe

## 岩国市の認知症カフェの特徴

## カフェの活動内容

## 認知症カフェの運営応援

- 市内に5か所の認知症カフェがあります。コロナ禍により少なくなりましたが、最近では新しいカフェの立ち上げの相談が増えてきています。
  - 専門職だけでなく、地域のボランティアの方もスタッフとして参加し、季節にちなんだ催しなど、それぞれのカフェが特色ある活動を行っています。
  - カフェによっては、やまぐち希望大使の参加もあります。
- 小物づくりなどの手作業、体操、散策
  - 介護相談、談話
  - 季節ごとの行事(七夕、クリスマスなど)
- カフェの運営についての相談など、認知症地域支援推進員が支援しています。
  - 「岩国市認知症カフェ運営事業補助金」により、条件を満たす団体には運営費の一部が補助されます。
  - ご本人やご家族だけでなく、地域の行事などを通じ広く地域の方などにも参加を呼びかけています。

岩国市  
認知症カフェHP



## 岩国市

# つながりカフェ

## 地域の方とのつながりを大切に

多世代の方にご参加して頂いており、お孫さんと一緒に楽しめる方もおられます。  
季節に応じた行事を行い、参加者にやりたい事を聞いて取り入れたりしています。

🏠 **会場**  
デイサービスセンターつづの里  
内 地域交流室

📅 **開催時期**  
第3土曜日  
13:30~15:00

✂ **参加申込**  
なし

¥ **参加費**  
200円

## 連絡先

社会福祉法人 通津南和会 雑賀 真理子 ☎0827-39-1025  
デイサービスセンターつづの里

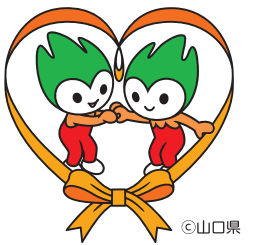
## カフェからのメッセージ

つながりカフェは多世代の方が気軽に参加でき、人と人とのつながりを大切にしています。  
お菓子を食べながら、たくさんお話をして、みんなで賑やかに過ごしています。  
なかには、介護の相談をされる方もおられ、いろいろな情報の提供もおこなっています。

## コラム

## 認知症の人へ接し方のポイントは？

認知症になると「何もわからない」と思われがちですが、そうではありません。ご本人は、今までの自分との違いに、戸惑いや不安、悲しみ等を感じながら生活しておられます。  
そのため、ご本人の意向を尊重しつつ、安心できる関わり方を心がけましょう。



## 接し方の7つのポイント

- さりげなく様子を見守る
- 相手に目線を合わせて、優しい口調で
- 余裕を持って、笑顔で対応する
- ゆっくりと、はっきりと話す
- 声をかけるときは、一人で
- 相手の言葉に耳を傾けて、
- 相手の視野に入ってから、声をかける
- ゆっくり対応する



## 認知症サポーター

認知症と認知症の人について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守り「応援者」となる認知症サポーターの養成を行っています。  
「認知症サポーター養成講座」を受講すれば、だれでも認知症サポーターになることができます。詳しくは、お住いの市町へお問い合わせください。

## 認知症カフェへ行ってみよう！

### 認知症カフェってなあに？

認知症カフェは、認知症の方やその家族、地域住民など誰もが気軽に参加できる集いの場で、社会福祉事業所やNPO法人、有志のグループなどにより運営されています。  
地域にお住まいの方との交流や家族同士の情報交換のほか、看護師や介護福祉士などの専門家からアドバイスを受けることもできます。  
家族の負担を少しでも軽減したり、参加された方の認知症への理解を深めたりすることが期待されています。

### どんなことをしているの？

作品づくりや季節の行事などを計画しています。また、おしゃべりをしてゆっくりと過ごされる方もいます。おしゃべりをする中で、友達ができたり、お互いに相談や情報交換したり、悩みを打ち明けたりすることがあります。

### どんな人が参加できるの？

年齢に関係なく、どなたでも参加できます。また、認知症の方やその家族の利用だけに限らず、地域の方の参加も自由です。「どこかに出かけたいなあ」と思った時など、ぜひご参加下さい。



【お問い合わせ】 岩国市高齢者支援課 ☎29-2566

→ 裏面をご覧ください

## マップ



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	あかりカフェ	毎月第1土曜日 13:30-15:30	まちの住民館 あかり 岩国市錦見5-17-28	300円
2	小さい輪 大きい輪 カフェ	毎月第3火曜日 10:00-12:00	旧天尾小学校 岩国市天尾262	200円
3	笑顔の じかん	毎月第2火曜日 13:00-15:00	玖珂 リハビリセンター 岩国市玖珂町4963-4	100円
4	カフェ みらい	毎月第3木曜日 13:00-15:00	今津 ふれあいセンター 岩国市今津町3丁目1-14	100円
5	つながり カフェ	毎月第3土曜日	デイサービスセンター つづの里 内 地域交流室	200円

認知症の方やそのご家族、一人暮らしのお年寄りがほっと一息できる場所、認知症に関心のある方、心配されている方、相談したい方などが気軽に來ていただける場所にしたいと考えています。

認知症の方やそのご家族、地域の高齢者の方が気軽に集う場所を美味しいコーヒーと共にお待ちしております。

多世代の方が参加され、お孫さんと一緒に楽しむ姿も見られます。季節の行事や参加者の「やってみたいこと」を取り入れながら、温かいつながりを育む認知症カフェです。ぜひ、お気軽にご参加ください。



# 和木町の認知症カフェCafe

## 和木町の認知症カフェの特徴

- 町内に1カ所のカフェがあります。
- 自主体験教室の皆さんとキャラバンメイトで運営しています。
- 年に1回、日帰りバス旅行に出掛けています。

## カフェの活動内容

- ゆっくりと話ができるくつろぎのスペースです。
- 体操や認知症予防の講座を開催しています。
- 認知症地域支援推進員が認知症に関する心配ごと、悩みごとの相談に応じます。(個室もありますので、お気軽にご相談ください。)

## 認知症カフェの運営応援

- キャラバンメイトが中心となって、ゲームやお楽しみ会(クリスマス会など)も実施しています。
- 和木町いきいき体操(年1回 理学療法士によるフォローアップあり)もしています。
- 体操を続けたい方は、週1回開催の【いきいき教室】で続けることも可能です。

## 和木町 オレンジカフェ

- 認知症を予防したいと思っている人
- 認知症の人、介護をしている人
- 話し相手がいっぱい・・・など

どなたでも気軽に立ち寄ることができるカフェです。運動やレクリエーション、おしゃべりなど楽しい時間を一緒に過ごしませんか？

認知症地域支援推進員が、認知症に関する心配ごと、悩みごとの相談に応じます。個室もありますので、お気軽にご相談ください。

日 程

令和7年	12月22日(月)
令和8年	1月26日(月)
	2月16日(月)
	3月23日(月)

時 間：13時30分～15時(時間内 出入り自由)

場 所：コミュニティセンター 1階 集会室

参加費：無料

※申込みは不要です。直接会場へお越しください。

お問い合わせ先

和木町地域包括支援センター ☎0827-52-2196



名称

オレンジカフェ

活動日時

毎月1回開催 詳細はパンフレット参照

活動場所

コミュニティセンター1階 集会室

利用料

無料

カフェからのひとこと

体操やゲームでみんなでたくさん笑いましょう!



# 上関町の認知症カフェCafe

## 上関町の認知症カフェの特徴

- 町内に1カ所カフェがあります。
- 介護予防サポーターの方と運営しています。
- ほのぼのとした雰囲気、楽しく脳トレ・たいそう・おしゃべりができます。

## カフェの活動内容

- ゆっくりと話ができて、くつろげる場です。
- 体操やゲーム、頭の体操などのレクリエーションを開催しています。
- 専門職が、認知症に関する悩み事などの相談に応じます。

## 認知症カフェの運営応援

- 包括が認知症カフェの開設や運営継続の支援を行っています。いつでも、突然来てもOKです。詳細は、地域包括支援センターにお気軽にご連絡ください。



名称

オレンジカフェ

活動日時

毎月第1木曜日

令和7年度の開催日程

- 1月8日(木) 13:30～15:00
- 2月5日(木) 13:30～15:00
- 3月5日(木) 13:30～15:00

活動場所

ほのぼのの活性化センター

利用料

1,200円/年(100円/回)

カフェからのひとこと

みんなで楽しいひとときを過ごしましょう♪



送迎あります。  
必要な方は声を  
かけて下さいね。

昔の話や最近の地域の出来事等をおしゃべりしながら情報交換。「懐かしい歌」を、みんなで歌ったり、脳トレプリントや体操で認知症予防もでき、健康や介護・福祉の相談にも対応。何でもありの、楽しい時間です。



# 柳井市の認知症カフェCafe

## 柳井市の認知症カフェの特徴

- 市内5カ所のカフェがあります。
- すべてのカフェはどなたでも参加できます。
- 各カフェには認知症地域支援推進員が参加しています。
- 認知症に関する相談がお気軽にできます。

## カフェの活動内容

- 季節ごとの行事。
- 各カフェ工夫を凝らした、工作やゲームなど。
- おしゃべり。
- 認知症相談、介護相談。

## 認知症カフェの運営応援

- カフェのご案内を市ホームページに掲載。
- チラシの配布。
- 各カフェに認知症地域支援推進員とチームオレンジの一員である「やないオレンジパートナー」が参加しています！



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料	カフェからのひとこと
1	あそカフェ	毎月第2木曜日 13:30~15:00	特別養護老人ホーム 四季の里	100円	認知症にまつわることにについて地域の方々が気軽に集い、交流する場です。どなたでもご自由にどうぞ！お待ちしております。
2	おれんじかふえ ゆうわ	毎月第4水曜日 15:00~16:00	ゆうわ総合在宅 サポートセンター	450円	認知症の方やその家族、地域住民の皆様、どなたでもご自由に参加できる集いの場です。おいしいコーヒーを飲みながらお話しませんか？
3	さんさんかふえ	毎月最終金曜日 13:30~15:00	柳東文化会館	100円	認知症の方やそのご家族、地域住民どなたでもご自由に参加できます。悩みごとの相談、情報交換など…気軽にお話ししてみませんか？
4	にじいろカフェ	毎月第2金曜日 13:30~15:30	大畠 総合センター	100円	認知症の方、ご家族、介護をされている方、認知症に関心がある方等が自由に集い、思いを語り合う場です。少人数の参加者で和気あいあいと過ごしています。お気軽にのぞいてみてください。
5	ゆめカフェ	毎月第2水曜日 13:30~15:00	伊保庄公民館	100円	伊保庄・阿月地区に根づいた活動として認知症カフェをオープンしています。どなたでも参加いただけます。

## 柳井市

# あそカフェ

認知症に理解を深める『あそカフェ』

いきいきサロンや家族会との違いは、認知症地域支援推進員などの専門職への相談ができることです。お茶を飲みながら、認知症の事例の相談や経験から解決を導き出すあそカフェが毎月第2木曜日に開店します。

連絡先 あそか苑 是國・向山 ☎0820-28-5015

会場 柳井市日積3213

開催時期 第2木曜日  
13:30~15:00

参加申込 有

参加費 100円

## 柳井市

# おれんじかふえゆうわ

どなたでも参加できる集いの場

認知症への理解と課題共有や認知症についての勉強会、また、ご家族同士の交流を行っています。認知症の人ができることをお願いし、居場所づくりにも努めています。認知症ケア専門士、認知症地域支援推進員が対応し、ときには認知症予防を含めた行事も開催しています。

連絡先 恒和会 硯谷 ☎0820-25-1212

会場 ゆうわ総合在宅  
サポートセンター

開催時期 第4水曜日  
15:00~16:00

参加申込 有

参加費 450円

## 柳井市

# さんさんかふえ

気軽に語り合える場

太陽の『さん』とサンキウエルビィの『さん』でさんさんかふえと名付けられた認知症カフェは、認知症の方やその家族、地域住民どなたでもご自由に参加できます。悩みごとの相談、情報交換など…気軽にお話ができる場です。

連絡先 サンキウエルビィ介護センター柳井 川崎・福田  
☎0820-24-1064

会場 柳東文化会館

開催時期 毎月最終金曜日  
13:30~15:00

参加申込 有

参加費 100円



# 周防大島町の認知症カフェCafe

## 周防大島町の 認知症カフェの 特徴

- 町内に5カ所のカフェがあります。
- 住民ボランティアの方が主体で運営しています。

## 認知症カフェの 運営応援

- 町の認知症地域支援推進員が定期的に参加し、認知症に関する情報提供をしています。
- 地域住民の方に、カフェの紹介や参加について声かけをしています。
- 希望されるカフェには運営費を補助しています。  
(新規立ち上げの場合は毎年2カ所のみ)



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料	カフェからのひとこと
1	オレンジカフェ 「わたの花」	毎月第3金曜日 14:00~16:00	Cafeわたの花 (小松開作148-6) モノづくり教室 (小松開作72番地2)	200円	わっはっは たいそう のうトレ はい句 ななつメロ♪ リラックスして笑いましょう! しゃべりましょう! 集まればみな仲間です。 悩みを抱え込まず話してみま しょう。
2	オレンジカフェ 「花の里ルル」	毎月第3火曜日 14:00~16:00	石鎚本教大島教会 (棕野信号前)	200円	「笑顔で楽しく過ごせる場所」を目標にしています。 認知症のことも学びながら、レクリエーション・脳トレ・ 季節ごとの飾り作りをします。 専門のスタッフがいますので、気軽にご相談いただけ ます。どなたでもお誘いあわせてお越しください。
3	オレンジカフェ 「瀬戸の風」	毎月第1水曜日 10:00~12:00	国道473号沿い 久賀港前 (久賀4564-1)	200円	和気ワイワイとやっています。 みな友達です。参加しませんか?
4	カフェ デアゲノショウ 「えん」	毎月第3木曜日 14:00~16:00	正木内科医院 (西安下庄真宮26-8)	300円	医院でやっていますが、お気軽にお立 ち寄りください。身体に関する悩み のご相談もお受けしています!
5	オレンジカフェ 「なぎさ」	毎月第2火曜日 10:00~12:00	深廣寺内会館 (伊保田895)	100円	気軽に立ち寄って井戸端会議でも。 話すことで脳が若返りますよ! いつでもいらっしゃい。

## 周防大島

## カフェ デアゲノショウ 『えん』

カフェ デアゲノショウ『えん』は、正木内科医院の休診日に開催しています。  
看護師などの専門職がいるため、気軽に相談できる場となっています。

会場  
正木内科医院  
(西安下庄真宮26-8)

開催時期  
毎月第3木曜日  
14:00~16:00

参加申込  
申し込みは不要

参加費  
300円

## カフェからのメッセージ

医院の中で開催していますが、お気軽にお立ち寄りください。  
身体に関する悩みもお受けしています!

## 周防大島

## オレンジカフェ なぎさ

オレンジカフェなぎさは、地域の方から医師・保健師・ケア  
マネージャーなどの専門職まで、様々な人が参加しています。

会場  
深廣寺内会館(伊保田895)

開催時期  
毎月第2火曜日  
10:00~12:00

参加申込  
申し込みは不要

参加費  
100円

## カフェからのメッセージ

気軽に立ち寄って井戸端会議でも。話すことで脳が若返りますよ!  
いつでもいらっしゃい。



# 田布施町の認知症カフェCafe

## 田布施町の認知症カフェの特徴

## カフェの活動内容

## 認知症カフェの運営応援

- 町内に3か所のカフェがあります。
- ボランティアの方が中心となって認知症カフェを運営されています。
- 認知症ステップアップ講座を受講されたボランティアさんが運営されているカフェがあります。
- 高齢者及び認知症の人が住み慣れた地域で暮らし続けられるように支援活動をしています。

- 介護相談、談話、ボランティア団体との交流
- 季節ごとの行事(夏祭り・クリスマスなど)と作品作り
- 中学生や高校生との世代間交流(年1回)
- 体操、合唱、脳トレ
- 講師による講話
- 花の苗の植え替え

- 認知症地域支援推進員や役場職員が参加し、カフェの運営の支援や認知症に関する情報を周知しています。
- 高齢者や認知症の方の閉じこもりを予防するため、ボランティアが送迎支援をしている認知症カフェがあります。
- 認知症月間に各認知症カフェの活動を紹介しています。
- ボランティアや参加者からの紹介やチラシの周知をして参加者を募っています。



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	オレンジカフェ城南	毎月第1木曜日 10:00~11:30	城南公民館	100円
2	オレンジカフェはま風	毎月第3木曜日 10:00~11:30	麻里府公民館	100円
3	オレンジカフェはつらつ	毎月第4木曜日 10:00~11:30	高齢者いきいき館	100円

1 毎回、ボランティアの企画・準備で季節を先取した作品作りで、笑いが絶えないカフェを開催しています。ぜひお気軽にご参加ください。

2 活動場所の公民館の目の前は瀬戸内海が広がっており、窓から海風を感じながら活動を楽しめるカフェです。ゆったりとした気分で楽しみたい方は是非お越しください。

3 町の中心にある高齢者いきいき館で活動しています。参加者も多く賑やかな雰囲気です。ボランティアの楽しい話を聞いて談笑したり、自然と笑顔になれる豊かな会となっています。ご参加お待ちしております。



## 田布施町

# オレンジカフェ城南

「オレンジカフェ城南」ではホタルが生息する自然豊かな地域を活動範囲とし、高齢者及び認知症の方とその家族を住み慣れた「城南」で暮らせる地域となるように支援活動を行っています。

連絡先 田布施町役場 健康保険課 ☎0820-52-5809

会場  
城南公民館

開催時期  
第1木曜日  
10:00~11:30

参加申込  
予約不要

参加費  
100円

## 田布施町

# オレンジカフェはま風

「オレンジカフェはま風」では、地域の高齢者及び認知症の方に少しでも外出機会を増やしてもらえよう、交通手段のない方にはボランティアが車で送迎する移動支援をしています。安心して楽しめる通いの場として活動しています。

連絡先 田布施町役場 健康保険課 ☎0820-52-5809

会場  
麻里府公民館

開催時期  
第3木曜日  
10:00~11:30

参加申込  
予約不要

参加費  
100円

## 田布施町

# オレンジカフェはつらつ

「オレンジカフェはつらつ」では、年に一度、中学生や高校生のボランティアと一緒に企画をし、世代間交流を実施しています。ボランティアも積極的に活動して、ピアノの伴奏で合唱するなど毎回楽しい時間を過ごしています。

連絡先 田布施町役場 健康保険課 ☎0820-52-5809

会場  
高齢者いきいき館

開催時期  
第4木曜日  
10:00~11:30

参加申込  
予約不要

参加費  
100円



# 平生町の認知症カフェCafe

## 平生町の認知症カフェの特徴

- 平生町認知症相談室が運営する“ふらっとサロン”と、平生町社会福祉協議会が運営する“オレンジカフェ”の2つがあります。
- “ふらっとサロン”は、地域交流センターの他、オーナーが認知症サポーターの町内のレストランでも行っています。
- “オレンジカフェ”は自由参加、入退出で、それぞれ話をするくつろぎの場として長く続いています。

## カフェの活動内容

- 認知症や介護に関する情報に触れられるようにしています。
- お茶を楽しみながら話ができます。
- もの忘れや介護についての相談も随時対応しています。
- “ふらっとサロン”は毎回ミニ講話や活動を行っています。

## 認知症カフェの運営応援

- “ふらっとサロン”は認知症地域支援推進員や保健師が参加。
- “オレンジカフェ”は社会福祉協議会の職員が参加。
- 広報ひらお内の認知症情報ページ(隔月)で開催告知。



No.	名称	活動日時	活動場所	¥ 利用料
1	オレンジカフェ	毎月第1火曜日 13:30~15:00	平生町社会福祉協議会あいあむ	100円
2	ふらっとサロン	毎月第3水曜日 13:30~15:00	レストランオーベルジュ	100円
3	ふらっとサロン	毎月第4金曜日 13:30~15:00	町内の地域交流センター等 (令和7年度は月ごとに巡回)	100円

## 平生町

# ふらっとサロン

## 認知症&介護が学べる コミュニティサロン

ふらっとサロンは毎月第3水曜日はレストランオーベルジュで、第4金曜日は地域の交流センターなどで開催しています。予約不要でどなたでも参加できます。認知症の人ご本人やご家族もお気兼ねなくご参加ください。LOVOTのりんくも毎回参加して可愛がられています。

連絡先 平生町認知症相談室 ☎0820-25-0222

🏠 会場  
レストランオーベルジュ  
(平生町平生村856) 他

📅 開催時期  
第3水曜日  
13:30~15:00 他

📝 参加申込  
予約不要

¥ 参加費  
100円

## カフェからのメッセージ

「一人暮らしで人と話す機会がないから」と認知症予防のために参加する方もいれば、「デイサービスには参加しにくいけれどここなら行きやすい」と、ご家族と来られる方も。毎回内容を変えているので、興味がある回だけ参加する方もいます。平生町住みます芸人の山口ふく太郎・ふく子さんも近所の方を誘って参加されることもあります。

## コラム

## 認知症の予防方法はあるの？

認知症の予防とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」ことです。定期的な運動や栄養改善、生活習慣病予防などの日常生活における取組が認知機能低下の予防につながる可能性が高いといわれています。

## 認知機能低下を予防できる対策(WHOの12項目)

- 1 定期的な運動
- 2 禁煙
- 3 バランスのとれた食事
- 4 節度ある飲酒
- 5 体重のコントロール
- 6 血圧のコントロール
- 7 血糖のコントロール
- 8 脂質のコントロール
- 9 こころの健康の維持
- 10 聴力の維持
- 11 知的活動への取組(考える、記憶する等)
- 12 社会活動への参加





# 下松市の認知症カフェCafe

## 下松市の認知症カフェの特徴

- 市内に3カ所のカフェがあります。
- 第2日曜日、第3日曜日、第4日曜日と、3つのカフェの開催日が異なっているので、全てのカフェに参加することができます。
- 認知症に関する相談が出来るだけでなく、参加者の皆さんで情報交換や交流をし、地域での認知症の理解を深め、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせる地域づくりを目指しています。

## カフェの活動内容

- 体操
- 脳トレ・コグニサイズ
- 工作や絵手紙・習字
- 歌
- 認知症にまつわる講話
- 工作や絵手紙・習字 など

## 認知症カフェの運営応援

- 運営に係る助成制度を設けております。
- 各カフェに、職員が参加し適切な運営に向けて支援いたします。

詳細は  
下松市ホームページを  
ご覧ください。



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料	カフェからのひとこと
1	おれんじかふえ 「きつねのより道」	毎月第2日曜日 9:00~12:00	はびね周南	200円	「おれんじかふえ きつねのより道」では皆さんが主役です。好きな事・得意なことを楽しんで行えるような催しを行っています。認知症の方もそうでない方も、地域で安心して暮らせる街づくりを目指し取り組んでいきます。
2	久保オレンジカフェ 「Café de ほがらか」	毎月第4日曜日 9:00~11:00	特別養護 老人ホーム ほがらか	200円	「Café de ほがらか」は認知症の方やそのご家族また介護をされている方、地域の方などたでも気軽に集まりお茶や楽しいレクリエーションを交えながらゆっくりすごせるつどいの場です。認知症や独居になっても安心して暮らせる。そんな街づくりを目指しています。
3	瑞穂おれんじカフェ 「みずホッとカフェ」	毎月第3日曜日 9:30~11:30	さくら苑 デイサービス センター	200円	「みずホッとカフェ」は月替わりの脳トレや認知症のミニ講座・テーブル対抗ゲームや介護相談などを行っています。ご参加いただいた方がホッと安心できるような時間をご提供します。

## 下松市

# おれんじかふえ 「きつねのより道」

平成29年3月より始まった認知症かふえです。当初は近隣の公民館をお借りしておりましたが、現在ははびね周南の施設内にて実施しております。

毎回大勢の地域の皆様にご愛顧いただき笑顔いっぱいのかふえです。参加者のみなさん同士で「元気にしちよったかね」と近況報告にも花が咲いていらっしゃいます。

連絡先 はびね周南 施設長 田邊美紀 ☎0833-47-2224

会場  
はびね周南  
下松市河内1070-1

開催時期  
毎月第2日曜日  
9:00~12:00

参加申込  
予約不要  
好きな時間にお寄りくださいませ

参加費  
200円

## 下松市

# カフェ・de・ ほがらか

毎月担当スタッフが趣向を凝らしたクラフト(工作)を皆さんと一緒に、体操と雑談をしながら作っています。

連絡先 元気の会 奥村研太 ☎0833-47-1717

会場  
地域密着型  
特別養護老人ホームほがらか  
きっさホール

開催時期  
第4日曜日  
9:00~11:00

参加申込  
なし

参加費  
200円

## 下松市

# 瑞穂おれんじカフェ 「みずホッとカフェ」

「みずホッとカフェ」は令和5年4月から新たに始まった認知症カフェです。みずほ内科クリニックの神経内科専門医である安部真彰院長が理事長を務める、医療法人社団二三会 あべメディカルケアグループが主催しており、認知症にまつわる「介護」「お困りごと」「予防」などについて気軽におしゃべりを楽しみながら楽しむことのできる「つどいの場」となっております。

連絡先 医療法人社団二三会 あべメディカルケアグループ ☎0833-44-2680

会場  
さくら苑デイサービスセンター  
(山口県下松市瑞穂町  
2丁目21番1号)

開催時期  
毎月第3日曜日  
9:30~11:30

参加申込  
予約不要(当日参加OK)

参加費  
おひとり様 200円



# 光市の認知症カフェCafe

## 光市の認知症カフェの特徴

- 市内5か所に設置しています。
- 認知症当事者の方、ご家族、地域の方など、どなたでもご参加いただけます。
- 光市認知症を支える会(家族会)、病院がカフェを運営しています。

## カフェの活動内容

- 認知症当事者の方、ご家族の居場所づくり。
- 参加者の方のご希望に沿いながら、歌や制作、脳トレなどのレクリエーション、体操等をしています。
- 飲み物やお菓子を食べながら、楽しくおしゃべりしています。
- 小学生と交流するカフェもあります。

## 認知症カフェの運営応援

- 市高齢者支援課のホームページ、認知症ケアパスにて周知。
- 地域包括支援センター職員が参加しているカフェもあります。
- 運営補助金交付事業により、運営費の一部補助を行います。

光市  
認知症カフェHP



マップ  
Map



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	おれんじカフェ“えがお”	毎月第3土曜日 13:30~15:30	さくら薬局光店地域交流センター (光が丘 6-2)	300円
2	おれんじカフェ“えがお”inむろづみ	毎月第2日曜日 13:30~15:30	室積コミュニティセンター (室積1丁目6-1)	300円
3	おれんじカフェ“えがお”inみつ	毎月第1木曜日 13:30~15:30	あいぱーく 光 (光井2丁目2-1)	300円
4	カフェ“しまりん”	毎月第3水曜日 13:30~15:30	島田小学校 (島田5丁目15-1)	300円
5	かもめカフェ	毎月第4日曜日 13:30~15:30	光中央病院健診センターvivo3階 (島田2丁目22-16)	200円

※令和7年10月時点

光市

## おれんじカフェ ”えがお”

誰もが気軽に参加できる地域の憩いの場です♪

男性介護者が多く参加されており、介護者間の情報共有や、介護への悩みや苦悩を共有しています。  
当事者と地域住民が支え合いながら、楽しい時間をすごしています。

連絡先 光市認知症を支える会 山下 悦子 ☎0833-72-7337

会場  
さくら薬局光店  
地域交流センター  
(光市光ヶ丘6-2)

開催時期  
第3土曜日  
13:30~15:30

参加申込  
無し

参加費  
300円

光市

## カフェ“しまりん”

小学校にある、  
地域の心の拠り所です♡

小学校の交流スペースで実施しています。歌や製作など、小学生との交流もあります。  
当事者がスタッフへ折り紙を教えるなど、支援する側とされる側の垣根を越えて、楽しく活動しています。

連絡先 光市認知症を支える会 山下 悦子 ☎0833-72-7337

会場  
島田小学校  
(光市島田5丁目15-1)

開催時期  
第3水曜日  
13:30~15:30

参加申込  
無し

参加費  
300円

光市

## かもめカフェ

光中央病院 健診センター3階でお茶してます。  
皆様のお越しをお待ちしています。

かもめカフェはお茶やお菓子を食べながら世間話を楽しみ、個々に好きな時間を過ごします。  
認知症の人やそのご家族が地域住民や認知症の専門家らとの交流を通じて、情報共有や相互理解を深める事も出来ます。(看護師、ケアマネジャー、社会福祉士、介護福祉士がいます)  
かもめカフェは「認知症になっても安心して暮らせる地域」を目指します。  
誰もが気軽にお茶を飲みに来ていただける場所です。

連絡先 医療法人社団陽光会 大田 貴子 ☎0833-72-1212

会場  
光市島田2丁目22-16  
光中央病院 健診センター3階

開催時期  
毎月第4日曜日  
13:30~15:30

参加申込  
事前予約不要

参加費  
200円



# 周南市の認知症カフェCafe

## 周南市の認知症カフェの特徴

## カフェの活動内容

## 認知症カフェの運営応援

周南市の認知症カフェや交流の場は、認知症家族会や介護施設・医療機関等の様々な機関・団体により開催されています。

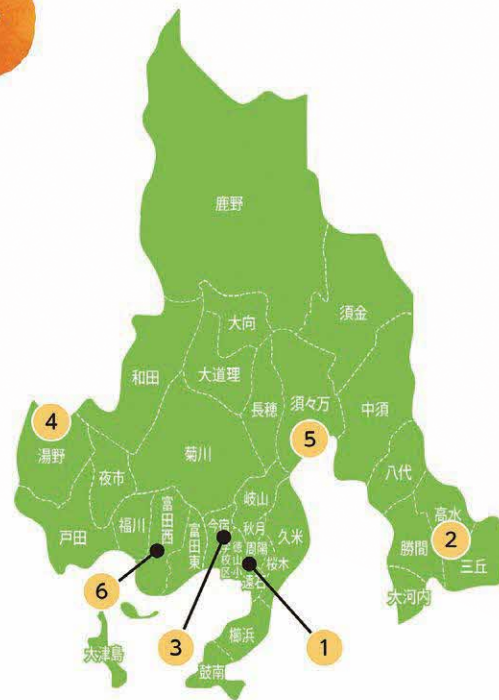
認知症の人やその家族、地域の人、子どもから高齢者までの幅広い世代の人等、多様な人が集まり、交流を通じてお互いを理解する場となっています。

- 参加者同士の交流・おしゃべり、相談の他、各カフェの特色を活かしたレクリエーション・活動を行っています。

- 市ホームページや案内チラシ、認知症ケアパスなどを活用し、周知を行っています。(市ホームページは、右の二次元コードからご覧いただけます。)
- 家族会主催の認知症カフェへ、認知症地域支援推進員等の専門職を派遣し、相談・支援を行っています。



マップ  
Map



No.	名称	活動日時	活動場所
1	かふえ福寿草(福寿草の会)	毎月 第2火曜日 10:30~	周南市徳山社会福祉センター 周南市速玉町3-17
2	くまげ福寿草の会	毎月 第1水曜日 10:00~	周南市ゆめプラザ熊毛 周南市熊毛中央町1-1
3	福谷の森カフェ	偶数月 第4金曜日 10:00~	グループホーム和み 福谷の森 周南市岡田町3-30
4	和みカフェ	奇数月 第4月曜日 14:00~	グループホーム和み 周南市大字湯野4298-1
5	おひさまカフェ	奇数月 第4木曜日 14:30~	愛の家グループホーム周南須々万 周南市大字須々万本郷404-1
6	認知症介護者の集い	毎月 第4火曜日 10:00~	周南市学び・交流プラザ 周南市中央町4-10

## 周南市

# かふえ福寿草

認知症の人や家族、地域の人など  
誰もが気軽に集える場所です。

かふえ福寿草は、周南認知症を支える会(福寿草の会)が運営しています。介護家族の体験談が聞けたり、地域包括支援センターなどの専門職に相談ができます。

認知症の方は、楽しい時間をともに過ごしませんか。

ご家族の方は、気持ちを分かり合える人とゆっくりお話をしてみませんか。地域の皆さんは、参加者の方と触れ合って「認知症」のイメージを変えてみませんか。

連絡先 周南市役所 地域福祉課 ☎0834-22-8462

## カフェからのメッセージ

「かふえ福寿草」は、月1回、認知症のご本人・介護家族はもとより、地域の誰もが気軽に集える場所です。

「よう来たね」、「楽しかった!また来るね」を合言葉に【家族会健脳カフェ】を目指して頑張っています。

平日開催でなかなか行けない、担い手の高齢化など今後の課題はいろいろありますが、明るく笑顔でカフェの灯を消すことなく続けていきたいと思っています。

## 周南市

# 認知症介護者の集い

仲間や専門職とつながり、  
「不安」から「安心」へ

認知症のことを知りたい、自分が・家族が認知症かもしれないと不安がある、介護や本人への接し方を聞きたい、療養・介護の思いを聞いてほしいなど、日頃感じる認知症のことや介護のことを気軽に話してみませんか?

連絡先 周南市役所 地域福祉課 ☎0834-22-8462

## カフェからのメッセージ

誰にとっても認知症は特別なことではなく身近なものとなっています。

認知症への不安や戸惑いを、集いで出会う様々な人との交流を通じて「安心」に変えませんか?

不安や戸惑い、やりたいこと・楽しみなど思いを丸ごと語れる場、理解者や支援者と出会いつながる場、認知症を知る・理解する場として、お気軽にご参加ください。

## 会場

周南市徳山社会福祉センター  
周南市速玉町3-17

## 開催時期

毎月第2火曜日  
(祝祭日により変更あり)

## 参加申込

申込不要

## 参加費

200円

## 会場

周南市学び・交流プラザ  
周南市中央町4-10

## 開催時期

毎月第4火曜日  
(祝祭日により変更あり)  
10:00~11:30

## 参加申込

必要

## 参加費

無料



# 山口市の認知症カフェCafe

## 山口市の認知症カフェの特徴

- 市内19地域にカフェがあり、21地域すべての地域への設置を目指しています。
- 地域住民、社会福祉法人、NPO法人等、様々な団体が認知症カフェを運営しています。

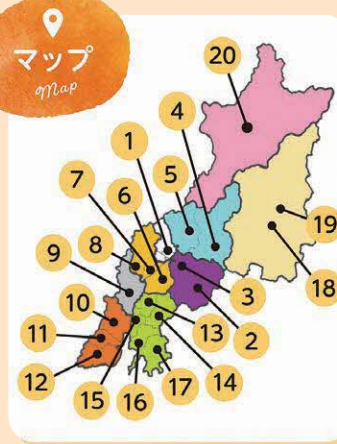
## カフェの活動内容

- 認知症の方やご家族の居場所づくり。
- 認知症の方の趣味や特技を活かせる活動支援。
- 認知症や医療・福祉サービスに関する相談対応。
- レクリエーションや認知症に関する講話。

## 認知症カフェの運営応援

- 認知症カフェ運営団体に対し、市から補助金を交付しています。
- 市高齢福祉課、各地域包括支援センターが認知症カフェの開設や運営継続のための支援を行っています。
- リーフレットや市ウェブサイトにより認知症カフェの周知を行っています。

山口市  
認知症カフェHP



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	オレンジカフェ白石	毎月第3金曜日 13:00~15:00	中央4丁目10-22	100円
2	まるっとおさばカフェ	毎週木曜日 14:00~16:00	下小鯖2523-1	200円
3	オレンジカフェ大内	毎月第3日曜日 14:00~16:00	大内氷上3丁目6-2	200円
4	仁保の里山茶屋	毎月第2木曜日 14:00~16:00	仁保中郷1006(仁保つどいの広場 いっぱい仁保さんぽ)	200円
5	いきいきカフェみやの	毎月第2木曜日 13:30~15:30	宮野下784-3(宮野高齢者生きがいセンターやすらぎの里)	200円
6	ほっとカフェ平川	毎月第2火曜日 13:30~15:30	吉田3083(シルバーハウジング団らん室)	100円
7	カフェふしの	毎月第3日曜日 13:00~15:00	矢原997	100円
8	オレンジカフェよしき	毎月第3月曜日 14:00~16:00	吉敷中東1丁目2-6(みずほビル1階 メディカフェ)	100円
9	小郡ふるさとカフェ	毎月第1水曜日 10:30~13:00	小郡下郷1054-1-2	100円
10	オレンジカフェかがわ	毎月第2金曜日 10:00~12:00	嘉川3468-10(はあと農園)	100円
11	えがいの喫茶	毎月第2・4金曜日 14:30~16:30	佐山1338-2(手打ちそばと旬菜の店 ひろ)	300円
12	あじすオレンジカフェ	①毎月第1・3土曜日 14:00~16:00 ②毎月第4水曜日 13:00~15:00	①阿知須6974-3 ②阿知須3309	200円
13	カフェ"スマイル"	毎月第4木曜日 10:00~12:00	陶4713-1(陶ふれあいセンター)	200円
14	カフェかわばた	毎月第2月・土曜日 13:30~15:30	銭銭司5113(梅の里かわばた邸)	200円
15	やかたカフェななじま	毎月第1土曜日 13:30~15:30	名田島1529(名田島高齢者生きがいセンターいきいきやかた)	200円
16	二島カフェえびすや	毎月第4土曜日 13:30~15:30	秋穂二島5551-1(秋穂二島高齢者生きがいセンターもやいの里)	100円
17	カフェあいお	毎月第2火曜日 14:00~16:00	秋穂東3980(秋穂あかり園交流スペース)	100円
18	徳地のえんがわカフェ	毎月第2木曜日 13:30~15:30	徳地岸見853(超勝寺内)	100円
19	みんなのオレンジカフェ徳地	毎月第3木曜日 13:30~15:30	徳地堀1561番地1(徳地地域複合型拠点施設 徳地地域交流センター)	100円
20	カフェぶどうの房	毎月23日 13:00~15:00	阿東地福上1881-1(矢野商店)	200円

※令和7年10月時点 ※市補助事業による認知症カフェ運営団体の一覧です。市補助事業対象外の認知症カフェは掲載していません。

山口市

## 小郡ふるさとカフェ

「みんなちがって みんないい」  
そんなカフェを目指します

小郡ふるさとカフェは、NPO法人みんなのふるさとが平成30年12月から小郡地域で運営しています。  
地域にお住いの誰でもが気軽に来て、認知症について学んだり情報交換したりできる場所です。  
午後1時までのオープンでお昼時間もゆっくり過ごすことができます。

連絡先 小郡ふるさとカフェ ☎083-976-8586

## カフェからのメッセージ

小郡ふるさとカフェは、ふらっと気軽に来られるカフェです。午後1時までのオープンで、各自持参されたお昼ごはんを食べながらゆっくりとおしゃべりすることもできます。オレンジサポーターの皆さんや川西地域包括支援センターにもご協力いただきながら、「みんなちがって みんないい」の、誰もが楽しい時間を過ごせるカフェを目指しています。

会場  
山口市小郡下郷1054-2

開催時期  
第1水曜日  
10:30~13:00

参加申込  
申込不要

参加費  
100円

山口市

## あじすオレンジカフェ

あじすオレンジカフェはどなたでも参加でき、  
いろいろな方が集まる場です。

あじすオレンジカフェは、認知症の方が心休まり、介護をされている方がくつろぎ、認知症が気になる方が安心し、認知症について知りたい方が学べる、そんな場を目指しています。  
スタッフで主婦、学生、子どもが参加していますので、多世代交流を楽しめます。

連絡先 NPO法人山口ヘルスプロモーションネットワーク ☎0836-65-3260

会場  
あじすホワイトハウス  
山口市阿知須6974-3

開催時期  
第1土曜日、第3土曜日  
14:00~16:00

参加申込  
なし

参加費  
200円

## カフェからのメッセージ

あじすオレンジカフェは人のつながりを大事にしています。あじすオレンジカフェの開催日以外でも、コミュニティカフェを運営したり、季節イベントを開いたりしています。人が集い、会話を楽しみ、役割を持って活躍する地域づくりに取り組んでいます。



# 防府市の認知症カフェCafe

## 防府市の認知症カフェの特徴

## カフェの活動内容

## 認知症カフェの運営応援

- 市内に8箇所(東西南北の日常生活圏域に2箇所ずつ)。
- 目的は、認知症の人や家族の居場所づくり、交流、情報交換。
- 認知症の人や家族のための支援拠点として開設。
- 保健師、看護師、社会福祉士、介護福祉士などによる認知症の相談・支援。
- ミーティング形式、ミニ講話とカフェタイム、健康体操やミニコンサート、レクリエーション、フリートークなど、形は様々。
- 月1回2時間程度、予約不要、どなたでも。
- 窓口・電話相談などで、地域の集いの場として紹介。
- 認知症地域支援推進員による相談・支援。
- 市高齢福祉課のホームページや認知症ケアパスなどで紹介。
- 認知症を考える集いや認知症キャンペーンなどでチラシ配布。

防府市  
認知症カフェHP



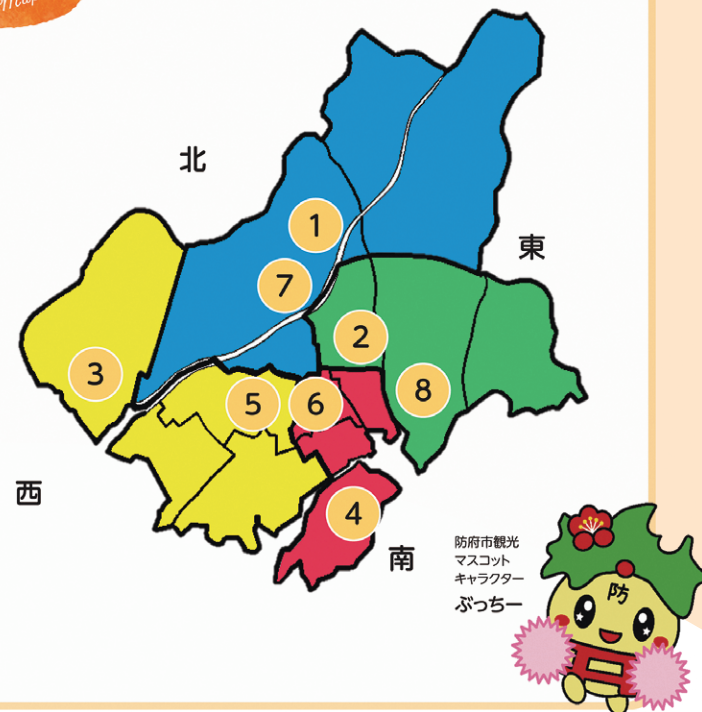
## 防府市 認知症カフェ

～認知症の人やその家族、地域住民の方々など  
誰もがホッとできる、元気になる集いの場です～  
まずはご見学から！どうぞお気軽にお立ち寄りください。

ほっとカフェ	生きいきカフェ
毎月 第1火曜日 午後2時～4時 場所：特別養護老人ホームライフケア高砂 (大字上右田334番地) ☎22-5500	毎月 第2火曜日 午後2時～4時 場所：コミュニティプレイス生きいき (国衛五丁目9番27号) ☎25-4774 (原田訪問看護センター)
大道かふえ・えびすや	かふえ・えびすや
毎月 第2木曜日 午前10時～12時 場所：夢かれん (大字台道3527番地の9) ☎28-7940 (ケアプランセンターえびすや)	毎月 第3水曜日 午前10時～12時 場所：向島小学校コミュニティルーム (大字向島775番地) ☎28-7940 (ケアプランセンターえびすや)
華(はな)カフェ	あおぞらカフェ
毎月 第3木曜日 午前10時～12時 場所：ヘスティア伊佐江小規模多機能型居宅介護・有料老人ホーム(伊佐江町11番44号) ☎27-2277	毎月 第4月曜日 午後2時～4時 場所：青空保育園2階地域交流センター ※山口博愛病院の向い(三田尻一丁目1-24) ☎26-2626 (老人保健施設はくあい)
笑(すまいる)カフェ	オレンジカフェ あ・す・も
毎月 第4水曜日 午後2時～4時 場所：特別養護老人ホーム自由の杜地域交流室 (大字大崎801番地の1) ☎27-6500 (ケアハウスあいあい苑)	毎月 第4土曜日 午前10時～12時 場所：あ・す・もデイサービスセンター (府奥6-7) ☎22-4502

※状況によっては、開催日の変更や中止の場合があるため、参加の際は、事前にそれぞれの認知症カフェにお問合せください。  
【問合せ】防府市役所高齢福祉課 防府市地域包括支援センター  
防府市寿町7番1号 ☎(0835) 25-2964

## マップ



## 防府市

## ほっとカフェ

「一期一会」「今」を大切に♡  
…ともに笑って過ごしましょう♡

ライフケア高砂では、皆さんにほっと一安心して頂ける意味と「あたたかい」のHotの二つの意味を含め、「ほっとカフェ」と命名して認知症カフェを開催しています。毎回趣向を凝らしたプログラムの実施に加えて、茶話会では季節や行事に合わせた手作りのお菓子を料理自慢の専属の料理人が毎回工夫して提供しています。  
認知症について気軽に相談できるよう、今後もほっと一息くつろげるカフェを目指していきます。

### 連絡先

特別養護老人ホーム ライフケア高砂 副施設長 片山五郎 ☎0835-22-5500

### 会場

社会福祉法人 ライフケア高砂  
防府市上右田334番地

### 開催時期

第1火曜日  
14:00～16:00

### 参加申込

基本的に申込不要  
(送迎が必要な場合のみ、  
事前申込が必要です)

### 参加費

無料

## カフェからのメッセージ

一緒に話し、一緒に笑い、一緒に考え、一緒に過ごす。「ほっとカフェ」で心に灯をともし「ほっこり」する時間を共に過ごせたら…と思っています。共に集う中でみんなで「心」の声を聴き「声なき声」を感じ「形」に変えていくことが私たち「ほっとカフェ」の仲間たちの想いです。「ここがいい」「ここが楽しい」「ここに来るとほっこりする」「みんなに会えてよかった」と言っていただけの空間づくりと「心のもやもや」を晴らす糸口となるよう取り組んでまいります。

## 防府市

## かふえ・えびすや

懐かしい教室で  
ゆったりとした時間を…

「かふえ・えびすや」は、向島小学校で開催しています。  
特に、児童のみなさんとの交流は、笑顔あふれる時間です。

### 会場

防府市立向島小学校  
コミュニティルーム  
防府市大字向島775番地

### 開催時期

第3水曜日  
10:00～12:00

### 参加申込

不要、出入り自由

### 参加費

無料

### 連絡先

ケアプランセンターえびすや ☎0835-28-7940

## カフェからのメッセージ

「ケアマネジャー等の経験」と「地域住民の皆さん」の協力という

W(ダブル)の力で、認知症に関わるみなさんが笑顔で過ごせますように。

No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	ほっとカフェ	毎月第1火曜日 14:00～16:00	特別養護老人ホームライフケア高砂	無料
2	生きいきカフェ	毎月第2火曜日 14:00～16:00	コミュニティプレイス生きいき	無料
3	大道かふえ・えびすや	毎月第2木曜日 10:00～12:00	夢かれん	無料
4	かふえ・えびすや	毎月第3水曜日 10:00～12:00	向島小学校コミュニティルーム	無料
5	華(はな)カフェ	毎月第3木曜日 10:00～12:00	ヘスティア伊佐江小規模多機能型居宅介護・有料老人ホーム	無料
6	あおぞらカフェ	毎月第4月曜日 14:00～16:00	青空保育園2階 地域交流センター	無料
7	笑(すまいる)カフェ	毎月第4水曜日 14:00～16:00	特別養護老人ホーム自由の杜地域交流室	無料
8	オレンジカフェ あ・す・も	毎月第4土曜日 10:00～12:00	あ・す・もデイサービスセンター	無料

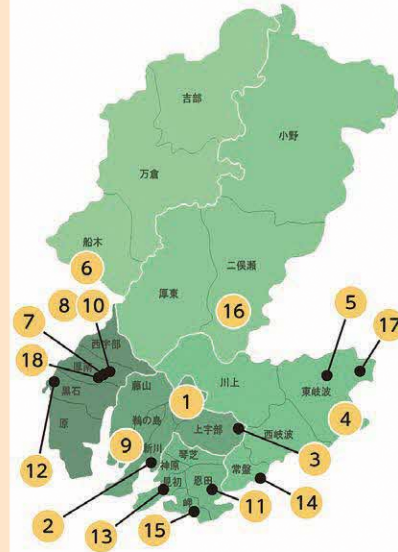


# 宇部市の認知症カフェCafe

## 宇部市の 認知症カフェの 特徴

- 市内に18カ所のカフェがあります。
- 地域や施設、地域包括支援センターなど実施主体も様々で、カフェの内容もカフェごとに違います。お話を楽しんだり、ゲームやものづくりをしたり、気分転換ができる場となっています。
- 専門職がおりますので、介護に関するご相談もできます。

### マップ



宇部市  
認知症カフェ  
ウェブサイト



No.	名称	活動日時	活動場所	利用料
1	ライムカフェ	1.5~2か月毎 14:00~16:00	大字中宇部1858番地30 (ドリームライフアポロプラス)	カフェタイム実費
2	カフェ夏みかん	毎月第2水曜日 13:00~15:00	中央町二丁目3番2号(ケアマネセンターTONTON)	200円
3	るるるカフェ	不定期開催	中村一丁目6番50号又は地域の自治会館等	無料
4	認知症カフェ シーサイド	不定期開催 13:30~15:00	大字東岐波4322番地1(シーサイド病院 介護医療院)	無料
5	おかちゃんカフェ	偶数月第2水曜日 10:00~12:00	大字東岐波1194番地172(横尾山集会所)	無料
6	グリーンカフェ	奇数月最終火曜日 14:00~15:30	大字船木1017番地3(愛優会キッズ未来) オンライン	500円
7	ふれあいカフェ	不定期開催(第3木曜日) 13:30~15:00	大字際波726番地3(グラディアスきわなみ)	100円
8	おれんじかぞく	年2回(11月・3月) 13:30~15:00	大字際波287番地1(宇部西地域交流ホール会議室)	無料
9	オレンジカフェ むべの樹	毎月第4土曜日 14:00~16:00	東藤曲一丁目5番28号(グループホーム藤山)	200円
10	JAMカフェ	不定期開催(金曜日) 13:30~15:00	大字際波287番地1(宇部西地域交流ホール会議室)	無料
11	cafe おいでーや	毎月第3水曜日 10:30~12:00	恩田町三丁目8番1号(宇部あいおい苑 2階ホール)	200円
12	ほっこり ほっこり	毎月 第2土曜日 10:00~11:30	大字妻崎開作467番地 (グループホーム和らぎ 遊び 交流ホール)	200円
13	見初40区 ふれあいサロン	不定期開催(年6回)	昭和町二丁目2番(見初40区公会堂)	無料
14	メイトCafe	不定期開催(奇数月最終月曜日 13:30~15:00予定)	則貞四丁目19番26号(iikotoメイト)	100円
15	Cafe ゆる〜り	3か月に1回(木曜日) 10:00~11:30	松山町五丁目8番10号(岬小学校 地域交流室)	100円
16	オレンジカフェほっこり	3か月に1回第2金曜日14:00~15:30	大字木田宇中山40番地20(宇部第一病院 第1・2会議室)	200円
17	ほうかつカフェ	毎月第4土曜日 10:00~11:30	大字東岐波223番地 (日の山園特別養護老人ホーム 地域交流室)	無料
18	美健カフェ	毎月第3水曜日 14:00~15:00	大字中野開作60番地(デイスービスなのはな交流スペース)	300円

## 宇部市

## ライムカフェ

＜ライムカフェ＞は、オレンジカフェ(認知症カフェ)に、より認知症予防の要素をプラスした新しく、優しいカフェです。また、オープン型認知症カフェですので、認知症の人とその家族、地域住民、専門職等の 誰もが参加し集うことができる地域に開かれた認知症カフェです。

### 連絡先

ドリームライフアポロ 野上 勝江 ☎0836-37-0070

## 宇部市

## カフェシーサイド

幸せいっぱい探せるいいところ

認知症カフェシーサイドは、現在数か月に一度の頻度で開催しております。

当院に入院、入所されている方はもちろん、そのご家族様や周辺地域の方々にも参加して頂き、地域のつながりや生活の楽しさを提供できる場となっております。

### 連絡先

シーサイド病院 木原紀江 ☎0836-58-5360

## 宇部市

## グリーンカフェ

出会いとつながり

グリーンカフェは令和元年に開設し、7年目になります。コロナ禍にオンラインでの取り組みを開始し、現在はハイブリッドでの開催を行っております。今年から、地域の洋菓子店の協力でミニケーキを作っていただき、場所を提供していただいている有料老人ホームでのコーヒーとセットでゆっくりした時間を過ごしていただいています。

### 連絡先

宇部市北部西地域包括支援センター 山本まゆみ ☎0836-67-0506

### 会場

山口県宇部市  
大字中宇部1858-30

### 開催時期

2,3か月に1回  
14:00~16:00

### 参加申込

事前予約は不要

### 参加費

参加費は無料ですが、  
カフェ代は有料

### 会場

宇部市東岐波字丸尾4322-1  
シーサイド病院 介護医療院

### 開催時期

第4水曜日  
14:00~15:30

### 参加申込

なし

### 参加費

なし

### 会場

(株)愛優会敷地内の  
キッズ未来

### 開催時期

奇数月最終火曜日

### 参加申込

事前予約有

### 参加費

500円



# 美祢市の認知症カフェCafe

## 美祢市の 目指す 認知症カフェ

## 認知症カフェの 運営応援

誰でも気軽に行け、自分の想いを気兼ねなく話せることで、  
安らぎや共感を得られる通いの居場所。  
食事やお茶を楽しみながら、認知症に関する知識や悩みを共有し、  
また行きたいと思える、つながりを広げる場所。

- 運営費用支援** ● 認知症カフェ運営費補助事業  
開設回数×3000円(月1回の場合:年36000円)
- 広報活動支援** ● 毎月市報へ開催日を掲載、  
2023年度は各カフェ紹介を掲載、  
相談者をカフェへ繋ぐ
- 相談支援** ● 講師派遣・講師紹介  
● 個別ケース情報共有
- 交流支援** ● 認知症カフェ運営者交流会の開催



名称	活動日時	活動場所	利用料
ほっとカフェ	第2火曜 10:00~14:00	美祢市ボランティアコーナー(大嶺町東分283-1)	100円
おしゃべりカフェ	第3水曜 13:30~15:00	美東地域まちづくりセンター(美東町大田6141)	100円
ありがとうカフェ	第1日曜 13:00~15:00	デイサービスセンターありがとう(大嶺町東分1215-1)	無料
カフェゆいしん	第3水曜 10:00~12:00	Graceful 唯心(大嶺町東分1707-2)	無料
やすらぎカフェ	第2月曜 10:00~12:00	伊佐公民館(伊佐町伊佐4830)	200円
城原カフェ	第4水曜 10:00~12:00	城原コミュニティセンター(大嶺町西分1474)	100円

## 美祢市

## おしゃべりカフェ

笑顔とおしゃべりでつながる  
みんなの居場所

おしゃべりカフェは、介護者同士が思いを語れる場。認知症の人も地域の人も、ワイワイとおしゃべりしながら笑顔になれる居場所を作りたいという思いで平成27年から活動を始めました。  
皆でやってみたいことを話しながら、ゲームや生け花、花見等色々なことに取り組みんでいます。毎回、包括支援センターと地域の病院のPT・OTで作った「よい世さらい体操」を行い、司書さんに紙芝居の読み聞かせをしてもらうのも楽しみの時間になっています。

連絡先 美祢東地域包括支援センター ☎0837-62-0155

会場 美東地域まちづくりセンター

開催時期 毎月 第3水曜日  
13:30~15:00

参加申込 申込不要

参加費 100円

## カフェからのメッセージ

皆でワイワイとおしゃべりをしながら楽しくすごす、皆が笑顔になれる居場所であることを目指しています。「よい世さらい体操」と「紙芝居」を定番メニューとして、皆でやってみたいことを話し合います。家族会OBや社協、公民館の司書さん、地域の方にもご協力いただいています。

## 美祢市

## ありがとうカフェ

地域とつながる、やさしい時間

「ありがとうカフェ」は、認知症のある方やそのご家族、地域の皆さまが気軽に集える、毎月1回のコミュニティイベントです。

会場 デイサービスセンター  
ありがとう

開催時期 毎月第1日曜日  
13:30~15:00

参加申込 電話申込

参加費 無料

連絡先 有限会社 富喜 榊崎 公子 ☎0837-52-5370

## カフェからのメッセージ

お茶を飲みながらお話したり、相談したり、介護や日常のちょっとした不安を分かち合える場として、多くの方にご参加いただいています。  
専門職スタッフも同席しており、安心してご相談いただける環境です。



# 山陽小野田市の認知症カフェCafe

## 山陽小野田市の認知症カフェの特徴

- 市内に6カ所のカフェがあります。
- 介護予防応援隊(市が養成したボランティア)メンバーで協力して開催しているカフェがあります。
- 地域ぐるみで開催し地域の憩いの場となっています。
- 認知症サポーターステップアップ講座修了者が開催しているカフェも。

## カフェの活動内容

- 生活に役立つ講話。
- リズム体操や認知症予防体操、懐メロを合唱。
- ゆったりとした雰囲気でお茶や会話をを楽しむ空間づくり。
- 地域の憩いの場所としてのんびりくつろげる場。

## 認知症カフェの運営応援

- 各認知症カフェに、認知症地域支援推進員が参加。
- 地域の介護事業所とも連携し認知症カフェへの協力を依頼。
- 市の委託事業を受託することで委託費をお支払い。
- チラシの配布や市のホームページ掲載などで参加を呼びかけ。

## マップ



## 山口県からのお知らせ

## 認知症本人大使

## 「やまぐち希望大使」について

～自分らしく、いきいきと前向きに暮らす姿の発信を～

## やまぐち希望大使とは

県では、認知症の人やその家族が希望をもって暮らせるよう、認知症に関する社会の理解を深め、本人や家族の視点を重視した地域づくりを進めるため、認知症の人本人からの発信を通して、広く県民の理解促進を図り、認知症があってもなくても同じ社会の一員としてともに暮らせる地域づくりを推進しています。

令和5年8月25日に委嘱状交付式を開催し、ともに地域づくりに参画する意欲のある県内在住の5名の方を、本県では初めての認知症本人大使「やまぐち希望大使」に委嘱しました。

希望大使の皆さんには、県や市町等が行う普及啓発活動にご協力をいただき、自分らしく、いきいきと前向きに暮らす姿を発信していただいています。

## 詳細は、県ホームページをご覧ください

### 認知症本人大使「やまぐち希望大使」

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/230397.html>



### やまぐち希望大使」メッセージ動画

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/246192.html>



### 認知症関連のイベント等のお知らせ

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/257593.html>



## 問い合わせ先

山口県長寿社会課 地域包括ケア推進班 〒753-8501 山口市滝町1番1号  
TEL 083-933-2788 / FAX 083-933-2809 Email: a13400@pref.yamaguchi.lg.jp

お問い合わせ 山陽小野田市役所 地域包括支援センター(高齢福祉課内) TEL (0836)82-1149



# なんか、 忘れちゃう…

## ことは、 ありませんか…？



### その「もの忘れ」は、 歳のせい？ それとも…??

認知症は、誰もが関わる可能性のある身近なものです。  
気になることがあれば、早めに相談しましょう。



## もの忘れ・認知症に関する相談窓口

### ●やまぐちオレンジドクター

もの忘れ等の相談・支援等を積極的に行う医師です。ロゴマーク入りの  
認定プレートやポスターが目印です。

### ●認知症疾患医療センター

県内に、8カ所あります。

### ●地域包括支援センター

県内の各市町に、約60カ所あります。

### ●山口県若年性認知症支援相談窓口

📞 **0836-58-2212** ※月～金 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

65歳未満の認知症について御相談に応じます。

※詳細について、山口県長寿社会課ホームページに掲載しています。

山口県 認知症 相談窓口

🔍 検索



《オレンジドクター・プレミアムオレンジドクターロゴマーク》



©山口県