



オレンジカフェ上池台

和の輪



事前予約制
参加費 **無料**

オレンジカフェとは？

「オレンジカフェ」は、
認知症やそのご家族、認知症予防に
関心のある方、地域での見守りに興味
がある方など誰もが集える場所です。



気軽に立ち寄って、
楽しく過ごす場所

開催
日時

毎月第2火曜日 14:00～15:00

場所

雪谷特別出張所3階集会室 (東雪谷三丁目6番2号)

活動
内容

事前予約制なので座席の心配なく参加できます！
講座、体操、ゲームなど楽しめる内容です！
日頃のお困りごとにも相談できます！



お問い合わせ

大田区地域包括支援センター上池台

tel 03-3748-6138





オレンジカフェ上池台

和の輪



令和7年度スケジュール

毎月第2火曜日 14:00～15:00

日程	内容	定員
	※都合により内容変更する場合があります	
4月8日	保健師による 骨盤底筋体操&認知症のお話	20名
5月13日	管理栄養士による 握力・血圧測定会&栄養のお話	20名
6月10日	目指せ快眠 睡眠&健康の講座	20名
7月8日	認知症ケアに特化 グループホームについて	20名
8月12日	できるかな? 保健師による認知症予防体操	20名
9月9日	Dr相談室1 認知症オレンジドクターによるお話	20名
10月14日	目指せ8020運動 お口の健康講座	20名
11月11日	感性を刺激しよう! 芸術鑑賞会	20名
12月9日	年末ライブ 朗読と懐かしソングのX'mas会	20名
1月13日	最新の介護情報局 介護のコツ・便利グッズ紹介	20名
2月10日	Dr相談室2 認知症オレンジドクターによるお話	20名
3月10日	当事者の声を知る会	20名

お問い合わせ

大田区地域包括支援センター上池台

tel 03-3748-6138

