

# 高知市認知症カフェのご紹介



## 認知症カフェとは・・・

認知症カフェは、「認知症に対する理解を深めることができる場」、「認知症の人や家族の心のケアと共に地域での理解や支えあいが生まれる場」です。

高知市の認知症カフェは誰もがホッとできる居心地の良い場づくりを目指しています。

ぜひ、カフェにお茶を飲みに行くような気楽な気持ちで訪れてください。

お問い合わせ先：高知市基幹型地域包括支援センター  
☎088-823-9121

# 認知症カフェはどんな場所？

## Q1 認知症の人が行くところ？

A

認知症の人だけでなく、その家族、地域住民、介護や福祉などの専門家など誰もが気軽に訪れることができる場です。

## Q2 地域のサロンやデイと何が違うの？

A

認知症について学びたい、知りたいなど、認知症になっても安心して暮らせる地域について考える場で、子どもから大人まで誰でも訪れることができます。

認知症について気軽に学び、集い、認知症の人や家族の悩みを共有し合いながら、専門職に相談もできる場所となっています。

## Q3 身近に認知症の人もないし、まだ自分は行かなくてもいい？

A

認知症は、誰にでも起こり得る病気です。将来の自分自身のため、また大切な誰かのために認知症について正しく理解することは、とても素晴らしいことです。

気負わず、カフェに立ち寄るような気楽な気持ちで訪れてください。

## Q4 どこでやってる？参加費や送迎などはある？

A

高知市内の認知症カフェの一覧は次ページをご覧ください。参加費用は、カフェによって多少異なり、送迎はありません。カフェの内容や雰囲気もそれぞれですので、お近くのカフェをまずは、訪れてみてください。

# 高知市内の認知症カフェ一覧

令和8年4月1日時点

名称	開催場所	開催日時	参加費	問合せ先
ひなたカフェ	株式会社小白方 ひなた薬局 (高知市仁井田653-2)	毎月第4土曜日 14:00~16:00	100円	ひなた薬局 ☎088-847-3680
かがみ笑顔カフェ	RIO鏡公民館 (高知市鏡大利1)	毎月第2金曜日 13:00~15:00	100円	初月・鏡地域包括支援センター 【鏡地区】 ☎088-896-2580
うめちゃんカフェ	梅ノ木公民館 (高知市鏡梅ノ木1236-1)	偶数月土曜日 (実施週不定) 14:00~16:00	無料	初月・鏡地域包括支援センター 【鏡地区】 ☎088-896-2580
オレンジカフェふなおか	船岡団地北集会所 (高知市神田23-1)	原則毎月第1水曜日 (第2水曜の場合あり) 13:30~15:30	200円	鴨田地域包括支援センター ☎088-802-8668
えいとカフェ	障害者福祉センター 2階調理実習室 (高知市旭町2丁目21-6)	毎月第2水曜日 13:00~15:00	200円~	旭街地域包括支援センター ☎088-843-5171
とりごえカフェ	健康カフェとりごえ (高知市鳥越1-1)	毎月第3木曜日 14:00~15:00	100円~	健康カフェとりごえ ☎088-856-6470
おらんくかふえ	ふらっと旭 (高知市元町5)	毎月第2火曜日 10:00~12:00	無料~	旭やるかい 旭街地域包括支援センター ☎088-843-5171
オレンジサニーカフェ 山手	サニーマート山手店 (高知市山手町78-1)	毎月第2金曜日 14:00~15:30	100円	サニーマート山手店 ☎0120-143-232 旭街地域包括支援センター ☎088-843-5171
のんびりしー屋	高知市旭街地域包括支援センター (高知市塚ノ原37-19)	毎週金曜日 14:00~16:00	無料	高知市旭街地域包括支援センター ☎088-843-5171
認知症カフェ 駐車場in 瀬戸	長浜・御畳瀬・浦戸地域包括支援センター 瀬戸サテライト (高知市瀬戸東町2丁目9番地)	毎月第2・4木曜日 14:00~16:00 (祝日の場合は金曜日に変更)	100円	認知症カフェ停車場・瀬戸事務局 ☎088-855-6388
さくらカフェ	お遍路ハウス33 (高知市長浜4719-1)	毎月第2水曜日 13:30~15:30	100円	長浜・御畳瀬・浦戸地域包括支援センター ☎088-841-5755
すまいるカフェ	アネックスホール(大川内科隣) (高知市萩町1丁目6-52)	毎月最終木曜日 13:30~14:30	無料	大川内科 ☎088-855-7717
ほっとカフェうしおえ	六泉寺町公民館 (高知市六泉寺町5-11)	毎月第2金曜日 13:30~15:30	100円	細木 美津 ☎090-4339-4362
ふらっとカフェ北新田	IMCデイサービス北新田 (高知市北新田町17-3 コーポマルベリ北新田1階)	毎月第3日曜日 ※1、8月休み 10:00~12:00	100円	潮江地域包括支援センター ☎088-802-8482
はるの“芽”カフェ	はるのガーデン (高知市春野町西分695-1)	毎月第2土曜日 13:30~15:30	200円	四国調剤はるの薬局 ☎088-805-2301 春野地域包括支援センター ☎088-894-3322

# 高知市内の認知症カフェ一覧

令和8年4月1日時点

名称	開催場所	開催日時	参加費	問合せ先
ぬのしだオレンジカフェ	石淵公民館 1階会議室 (高知市布師田2574-7)	原則第2火曜日 13:30~15:30	100円	高知市布師田・一宮地域包括支援センター ☎088-845-6382
オレンジカフェとさ	保健福祉センター (高知市塩田町18-10)	毎月第3木曜日 13:00~15:00	100円	認知症の人と家族の会高知県支部 ☎088-821-2694
高知おれんじドア	タウンモビリティステーションふくねこ (高知市はりまや町1-1-24)	毎月第3日曜日 13:30~15:30	100円	高知県若年性認知症の人と家族と支援者の会事務局(菜の花診療所内) ☎088-803-6061
おしゃべりカフェ秦	秦の里(宅老所) (高知市中秦泉寺182番)	毎月第4木曜日 13:00~15:00	100円	☎088-823-9001
よしだサロン	コープよしだ 2階組合員活動室 (高知市吉田町6-6)	毎月第2火曜日 13:00~15:00	100円	南街・北街・江ノ口地域包括支援センター ☎088-821-7551
いせざきこひつじカフェ	高知伊勢崎キリスト教会 (高知市伊勢崎町3-8)	年4回	100円	南街・北街・江ノ口地域包括支援センター ☎088-821-7551
にじいろカフェ	(株)長瀬 1Fホール (高知市中万々167-1)	毎月第3金曜日 13:30~15:30	100円	居宅介護支援事業所長瀬 ☎088-873-5015
マルナカオレンジサロン	マルナカ高知インター店 2階紡 (高知市一宮南町1丁目15-13)	第3金曜日 13:00~15:00	年会費 1500円	マルナカ高知インター店2階紡 ☎088-845-6311
認知症カフェけらけら	有料老人ホームあり通り (高知市介良乙3011) ※会場が異なる場合があります	偶数月第2土曜日 14:00~15:00	無料	高知県作業療法士会 地域連携部認知症班 メール 2017ncd@gmail.com
土曜の永国寺カフェ	高知県立大学永国寺キャンパス (高知市永国寺町2-22)	第1土曜日 13:30~15:30 ※1、8月休み	100円	上街・高知街・小高坂地域包括支援センター(土曜の永国寺カフェ実行委員会) ☎088-871-5963
わかくさカフェ	高知市若草西市営住宅集会所 (高知市若草町12-1)	毎月第4火曜日 13:30~15:30 ※祝日の場合、変更の可能性あり	100~ 200円	南 登志夫 ☎090-6282-4153
せんこうじカフェ	千光寺集会所 (高知市朝倉東町4-8)	毎月第2火曜日 10:00~12:00 ※祝日の場合、変更の可能性あり	100円	高知市朝倉地域包括支援センター ☎088-844-1003
一宮ふれあいカフェ(本館)	有料老人ホーム 千金の一日 (高知市一宮東町5丁目1-15)	毎月第3水曜日 14:00~15:30	有	一宮ふれあいカフェ実行委員会 ☎090-2891-6496
一宮ふれあいカフェ(別館)	一宮ふれあいセンター (高知市一宮中町1丁目5-20)	毎月第1木曜日 14:00~15:30	無料	一宮ふれあいカフェ実行委員会 ☎090-2891-6496

# 高知市内の認知症カフェ一覧 (※休止中)

令和8年4月1日時点

名称	開催場所	開催日時	参加費	問合せ先
和(なごみ)カフェ (※現在休止中)	IMCグループホーム高須地域交流スペース (高知市高須2丁目14-7)	毎月第3金曜日 13:30~15:30	100円	IMCグループホーム高須 ☎088-878-8655
つくしカフェ (※現在休止中)	グループホームつくしの里 (高知市鴨部1079-1)	毎月第4木曜日 13:30~15:30	150円	グループホームつくしの里 ☎088-850-0087
よりそいカフェ (※現在休止中)	デイサービスよりそい (高知市瀬戸2丁目13番47号)	奇数月第4火曜日 14:00~15:30	100円	グループホームぐりーんはうす ☎088-841-7005



\* 日時や会場に変更がある場合がありますので、新たに参加を希望される方は、事前に各会場にご確認ください。

