

サービスを利用する

日常生活用具の給付

高齢者が快適な生活を送れるよう、便利な生活用品を給付します。購入金額によって自己負担額が生じるので、購入の前に福祉事務所へ申請してください。

お問い合わせ 最寄りの福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課
※P33参照

高齢者給食サービス

食事の準備や調理を十分にできない高齢者に対して配食サービスを提供します。援助の必要な高齢者等の食生活の安定、栄養バランスの補足、調理負担の軽減、孤独感の解消等を目的としています。

①民間事業者が昼食を配達します。(まごころ給食サービス)

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230
最寄りの地域包括支援センター / 配達エリア ②以外の学区

②社会福祉法人が地域のボランティアと協力して昼食を配達します。(ひまわり給食サービス)

お問い合わせ 岡山市社会福祉協議会 086-225-4051(石井・福島小学校区)
建部在宅福祉サービスセンター 086-722-4500(建部中学校区)

難聴高齢者補聴器購入費助成

中等度難聴の高齢者が、補聴器を購入する際の費用の一部を助成します。市民税非課税世帯等の条件があるため、購入の前に福祉事務所へ申請してください。

お問い合わせ 最寄りの福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課
※P33参照
高齢者福祉課 086-803-1230

福祉有償運送

単独で電車やバス等の交通機関の利用が困難な方のために、低廉な料金で、福祉車両等で送迎するサービスです。対象者に該当する方が利用することができ、利用には事前に各事業所に登録が必要です。

お問い合わせ 福祉有償運送の事業所登録を行っている事業所



※事業所については、左の二次元コードまたは下記URL、または福祉事務所等に置いてある「障害者のしおり」をご覧ください。

URL : <https://www.city.okayama.jp/jigyosha/0000007716.html>

障害福祉サービス(介護保険の適用にならない場合等)

介護保険制度の対象外で利用できない場合等の障害者福祉サービスについては、計画相談支援事業所や地域活動支援センターⅠ型等が障害者やご家族からの相談に応じ、必要な情報提供・助言等を行っています。

若年性認知症の方の利用が考えられる就労系障害福祉サービス事業及び計画相談支援事業

○計画相談支援事業：障害福祉サービスの利用援助や情報提供を行います。

○就労移行支援事業：65歳未満の障害のある方に対して、定められた期間生産活動や職場体験等の機会の提供を通じ、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。就労に関する相談や支援も行います。

○就労継続支援：一般企業等での就労が困難な方に、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

お問い合わせ まずは、担当の相談支援専門員にご相談ください。



※相談支援事業所は、左の二次元コードまたは下記URL、または福祉事務所等に置いてある「障害者のしおり」をご覧ください。

URL:<https://okjiritsushien.com/info/1.html>

申請窓口：最寄りの福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課、保健センター

サービス・活動事業(介護予防・日常生活支援総合事業)

要介護認定で要支援1～2の認定を受けた人、基本チェックリスト等で事業対象者と確認された人が利用できます。訪問型と通所型があり、それぞれに介護予防サービスと生活支援サービスがあります。

お問い合わせ 最寄りの地域包括支援センター

福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

(介護予防)認知症対応型通所介護

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。認知症の人がデイサービスセンター等に通り、当該施設において入浴、排泄、食事等の介護その他の日常生活上の支援及び機能訓練を行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)通所リハビリテーション(デイケア)

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。利用者が介護老人保健施設や病院等に通り、その心身の機能の維持回復を図り、日常生活の自立を助けるため理学療法、作業療法、その他の必要なリハビリテーションを行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)訪問リハビリテーション

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。利用者の居宅において、その心身の機能の維持回復を図り、日常生活の自立を助けるために行われる理学療法、作業療法、その他の必要なリハビリテーションを行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)訪問入浴介護

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。介護職員と看護職員が移動入浴車で居宅を訪問し、入浴介護が受けられます。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

通所介護(デイサービス)

要介護認定で要介護1～5の認定を受けた人が対象です。利用者がデイサービスセンター等に通い、当該施設において入浴、排泄、食事等の介護、その他の日常生活上の支援及び機能訓練を行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

訪問介護(ホームヘルプ)

要介護認定で要介護1～5の認定を受けた人が対象です。利用者の居宅において、ホームヘルパーが排泄・食事介助や入浴介助等の身体介護、調理や洗濯等の生活援助を行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)小規模多機能型居宅介護

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。通いを中心に、利用者の選択に応じて、訪問や短期間の宿泊を組み合わせて、多機能なサービスが受けられます。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)短期入所生活介護

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。利用者が介護老人福祉施設等に短期間入所し、当該施設において入浴、排泄、食事等の介護その他の日常生活上の支援及び機能訓練を行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)短期入所療養介護

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。利用者が介護老人保健施設、医療施設等に短期間入所し、当該施設において看護、医学的管理の下における介護及び機能訓練その他必要な医療並びに日常生活上の世話を行うサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

日常生活自立支援事業

判断能力が不十分な方が、自立した地域生活がおくれるよう、福祉サービスの利用援助、日常的金銭管理、書類等の預かりを行うものです。社会福祉協議会と利用者が契約を結んだ上で支援が始まります。

お問い合わせ 岡山市社会福祉協議会 086-225-4051

成年後見制度

認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力が不十分なために、財産管理や契約などの手続きが困難な方に対し、本人の行為の代理または行為を補助する者を家庭裁判所が選任し、本人の財産や権利を保護し、支援する制度です。

お問い合わせ

- ・申立手続きの窓口 岡山家庭裁判所 所在地：岡山市北区南方一丁目8-42
電 話：086-222-6771

- ・相談窓口 岡山市成年後見センター（岡山市社会福祉協議会内）
所在地：岡山市北区鹿田町一丁目1-1
電 話：086-225-4066

- ・岡山市の相談窓口 ○身寄りがない等の理由で、申立人がいない場合は、市長が申し立てることもできます。
 - 高齢者福祉課 電 話：086-803-1231
 - 地域包括ケア推進課 電 話：086-803-1246○後見人等の報酬の負担が困難な方に対する助成制度があります。
福祉援護課 電 話：086-803-1216

住まいを考える

有料老人ホーム

高齢者が必要な支援を受けながら生活する施設です。介護サービスの提供が可能な施設もあります。施設によってサービス内容が大きく異なります。

お問い合わせ 「すこやかでふれあいのある長寿社会をめざして」を参考に、各施設にお問い合わせください。



※「すこやかでふれあいのある長寿社会をめざして」は、高齢者に係る制度を説明する冊子です。福祉事務所等に置いてあります。また、市HPに掲載しています。

サービス付き高齢者向け住宅

居室の広さや設備、バリアフリーなどハード面の条件を備えるとともに、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスの提供等により、高齢者が安心して暮らすことが出来る住宅です。

お問い合わせ 「すこやかでふれあいのある長寿社会をめざして」を参考に、各施設にお問い合わせください。

軽費老人ホームB型

経済的理由、家庭環境、住宅事情などの理由により、居宅での生活が困難である高齢者が、自立して生活する施設です。岡山市に1年以上お住まいの、60歳以上のひとり暮らしの方で、自炊ができる程度の健康状態の方が対象です。

お問い合わせ 平井サンホーム 086-276-2870

ケアハウス

自立した日常生活を送ることに不安のある高齢者が、必要な援助を受けながら生活する施設です。介護サービスの提供が可能な施設もあります。

お問い合わせ 「すこやかでふれあいのある長寿社会をめざして」を参考に、各施設にお問い合わせください。

生活支援ハウス

自立した日常生活を送ることに不安のある高齢者が、必要な援助を受けながら生活する施設です。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1231

認知症高齢者グループホーム（（介護予防）認知症対応型共同生活介護）

要介護認定で要支援2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。認知症の高齢者が、少人数の家庭的な雰囲気の中で、援助を受けながら生活する施設です。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

介護老人保健施設

要介護認定で要介護1～5の認定を受けた人が対象です。病状が安定し、在宅復帰を目指す高齢者が、医学的な管理の下で、日常生活に必要な介護や看護、機能訓練を受けながら生活する施設です。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

介護医療院

要介護認定で要介護1～5の認定を受けた人が対象です。慢性期の医療・介護ニーズへの対応のため、「日常的な医学管理が必要な重介護者の受入れ」や「看取り・ターミナル」等の機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた、「長期療養のための医療」と「日常生活上の世話（介護）」を一体的に行う施設です。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）

要介護認定で原則要介護3～5の認定を受けた人が対象です。寝たきりや認知症等により、常に介護を必要とする高齢者が、日常生活の中で必要な介護を受けながら生活する施設です。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

定員が29人以下の介護老人福祉施設で、日常生活上の世話や機能訓練などが受けられます。

養護老人ホーム

経済的理由、家庭環境、住宅事情等の理由により、現在の生活を続けていくことが困難である高齢者が、市の措置によって入所する施設です。

お問い合わせ 最寄りの福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

すこやか住宅リフォーム助成事業

身体機能が低下した高齢者が、自宅において暮らしやすい生活ができるよう住宅を改造する場合に、その費用の一部を助成する制度です。介護保険の要支援または要介護認定を受けている必要があります。まずは最寄りの福祉事務所または支所にお問合せください。

お問い合わせ 福祉援護課 086-803-1216

最寄りの福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

(介護予防)住宅改修

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。手すりの取付け、段差の解消等要件を満たす住宅の改修を行った場合に、一定の限度額内で要した費用のうち利用者負担分を除いた金額を支給するサービスです(事前申請が必要)。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

(介護予防)福祉用具貸与

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象で、要介護等状態区分により貸与できる福祉用具の品目が異なります。日常生活上の便宜を図るための用具及び機能訓練のための用具を貸与するサービスです。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

特定(介護予防)福祉用具販売

要介護認定で要支援1～2、要介護1～5の認定を受けた人が対象です。福祉用具のうち入浴又は排泄に使用するもの等を都道府県等の指定を受けた事業者から購入した場合に、一定の限度額内で要した費用のうち利用者負担分を除いた金額を支給するサービスです(申請が必要)。まずは担当のケアマネジャーにご相談ください。

知っておきたい!

在宅に近い暮らしをするために

○介護予防特定施設入居者生活介護

介護保険の指定を受けた有料老人ホーム等に入居している要支援1～2の認定を受けた人が対象です。介護予防を目的とした日常生活上の世話、機能訓練などが受けられます。

○特定施設入居者生活介護

介護保険の指定を受けた有料老人ホーム等に入居している要介護1～5の認定を受けた人が対象です。日常生活上の世話、機能訓練などが受けられます。

認知症サポーター

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族に対し温かい目で見守る応援者のことです。認知症サポーター養成講座を受講すればなることができます。養成講座受講者はオレンジリングを身につけたり、認知症サポーターカードを携帯しています。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230

岡山市おれんじパル

認知症本人や家族の声を活かした活動やネットワークづくり、啓発に当事者とともに取り組む人材のことで。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230

認知症サポーター活動促進事業(チームオレンジ)

認知症の人やご家族がどう暮らしていきたいかの声を聴いた地域づくりを進めていくことです。チームオレンジの活動を通じて当事者や家族が自分の希望を地域で発信できる場の構築をすすめています。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230



家族介護教室

在宅高齢者を介護している家族に対し、介護方法、介護サービス等に関する情報または介護者自身の健康づくり等の知識や技術を提供しています。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230

家族介護者慰労金

介護を必要とする65歳以上の高齢者を在宅で介護している方に対して、家族介護者慰労金を支給しています。支給には条件があります。

お問い合わせ 寄りの福祉事務所
御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

レスパイトケア

ショートステイ、病院等、本人の日中活動の場を確保し、介護者の就労支援や一時的な休息を提供します。

- ・(介護予防)短期入所生活介護…P22をご覧ください。
- ・生活支援短期入所事業…介護認定を受けていない高齢者で、日常生活に不安のある方のお体の状態やご家族の状況により一時的に養護老人ホーム等に入所します。

お問い合わせ 最寄りの福祉事務所
御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

民生委員・児童委員

民生委員・児童委員は、地域福祉の増進のため、厚生労働大臣から委嘱を受けて活動をするボランティアです。地域住民からの福祉に関する心配ごとなどの相談に応じて関係機関につなぐなど、福祉全般にわたっての活動を行っています。

緊急通報システム

家庭での急な発作や事故等、とっさの時に、身に付けたペンダントのボタンを押すだけで、近くの協力員や消防局に助けを求めることができる緊急通報システムを設置し、万一の場合に備えます。

お問い合わせ 最寄りの福祉事務所
御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

岡山市行方不明高齢者さがしてメール事業

行方不明になる恐れのある高齢者（若年性認知症の方を含む）と検索の協力者を事前に登録し、万一、行方不明となった方が出た場合に、登録された情報を協力者等にメール配信し、検索の協力をしてもらう事業を実施しています。

＜利用登録したい方へ＞

申請窓口：岡山市高齢者福祉課、地域包括支援センター

登録方法：本人、家族の方が登録申請書にご記入いただき、上記窓口に提出。

（申請時に必要なもの）

- ・登録申請書
- ・ご本人の写真（必須ではありません）

※登録申請書は、市HPからもダウンロードできます。

登録後：「登録番号の控え・メール配信希望時の連絡先」と「登録番号が記載された靴反射シール」を郵送します。靴反射シールは靴のかかとなどに貼ってください。

＜協力者になりたい方へ＞

協力者登録方法：左の2次元コードを読み取り後、表示されるアドレスに空メールを送信



※メール送受信や登録用HPへのアクセス通信料などは協力者負担

※配信時間：8:00～20:00

目撃情報等があれば、配信メール内連絡先に情報提供してください。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230

高齢者・子どもの見守りネットワーク事業

地域の協力事業所等との相互協力の下、高齢者や子どもに何らかの異変を発見した場合、適切かつ速やかに対応するための見守りの仕組みである、岡山市高齢者・子どもの見守りネットワーク事業を実施しています。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230

ヘルプマーク

「ヘルプマーク」は、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方が、かばんなどに付けることで、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。

〔配布対象者〕 義足や人工関節を利用している方、内部障害や知的障害の方など、援助や配慮を必要としている方

〔必要なもの〕 ヘルプマークが必要な方の氏名と住所がわかるもの
(運転免許証)



お問い合わせ 障害福祉課 電話：086-803-1236

配布場所 最寄りの福祉事務所
御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課、保健センター

ヘルプカード

「ヘルプカード」は、障害のある方などが、日常生活等の中で困ったときに、周囲に自己の障害などへの理解や支援を求めるためのものです。

〔利用について〕 カードを利用することで、障害のある方などが、主に外出時に困りごとが起こったときに、「困っていること」や「手助けしてほしいこと」を周囲の人に伝え、支援を受けやすくなります。

〔支援について〕 カードを持っている人を見かけたら、まずは声をかけてください。ご本人に聞いたり、カードに記載されている方法を確認することにより、適切に支援を行うことができます。

お問い合わせ 障害福祉課 電話：086-803-1236

配布場所 最寄りの福祉事務所
御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の
総務民生課、保健センター
※ご自由にお持ち帰りいただけます。



消費生活センター

認知症の人は、健康食品や布団などを次々と購入させられるなど、消費者トラブル・被害に遭いやすい傾向にあります。

岡山市消費生活センターでは、資格を持った専門の相談員が商品やサービスなどの契約に関する相談を受け付けています。

消費者トラブルで困ったときには、一人で悩まず相談しましょう。

お問い合わせ 086-803-1109 (月～金曜日9時～16時※祝日・年末年始を除く)

○高齢者の見守りと気づきのポイント チェックリスト

家の様子について

- 家に見慣れない人が出入りしていないか
- 不審な電話のやりとりがないか
- 家に見慣れないもの、未使用のものが増えていないか
- 見積書、契約書などの不審な書類や名刺などがいないか
- 家の屋根や外壁、電話機周辺などに不審な工事の形跡はないか
- カレンダーに見慣れない事業者名などの書き込みがないか

本人の様子について

- 定期的にお金をどこかに支払っている形跡はないか
- 生活費が不足したり、お金に困っていたりする様子はないか
- 何かを買ったことを覚えていないなど、判断能力に不安を感じることはないか

出典：独立行政法人国民生活センター報道発表資料「60歳以上の消費者トラブルが40万件を突破！－トラブルの現状を知って、被害を防ぎましょう－」

相談する
社会参加する
受診する
サービスを利用する
住まいを考える
見守り体制を整える
もしもの時

警察

認知症の人は、ひとり歩きなどで行方不明になったり、振り込め詐欺等の犯罪に巻き込まれやすい傾向があります。そのようなことがあれば、迷わず相談しましょう。

認知症身元不明高齢者一時保護事業

ひとり歩きなどにより岡山市内で警察に保護された身元不明の認知症高齢者と思われる方を、市が依頼している特別養護老人ホーム等で緊急一時保護し、事故の防止や必要な対応を図ります。

お問い合わせ 高齢者福祉課 086-803-1230

相談する

社会参加する

受診する

サービスを利用する

住まいを考える

見守り体制を整える

もしもの時

4 主な相談窓口

高齢者の総合的な相談

地域包括支援センター P10-11
管轄の地域包括支援センターへご連絡ください

介護の現場経験のある専門職による認知症の相談（電話・対面）

岡山市認知症伴走型支援拠点 P12
直接実施団体等へお問い合わせください

在宅医療・介護の相談

在宅医療・介護ほっ♡と安心相談室 P12
電話：086-242-3170

認知症の電話相談

おかやま認知症コールセンター P14
電話：086-801-4165
(平日10時～16時 ※8/13～8/15、12/29～1/3を除く)

認知症の人同士による相談支援（ピアサポート活動）

直接実施団体等へお問い合わせください P13

家族の悩み相談

認知症の人と家族の会岡山県支部 P14
電話：086-232-6627
(平日10時～16時 ※8/13～8/15、12/29～1/3を除く)

認知症専門の医療相談

岡山市認知症疾患医療センター（岡山赤十字病院） P18
電話：086-222-8843
(月～金曜日9時～16時30分 ※祝日、12/29～1/3及び5/28を除く)

若年性認知症の相談

おかやま若年性認知症支援センター P14
電話：086-436-7830
(月～金曜日10時～16時 ※8/13～8/15、12/29～1/3を除く)

若年性認知症コールセンター P14
電話：0800-100-2707
(月～土曜日10時～15時 ※祝日、12/29～1/3を除く)

認知症施策や制度の相談

岡山市高齢者福祉課
電話：086-803-1230
最新情報は、市ホームページをご覧ください



福祉事務所、御津支所・建部支所・瀬戸支所・灘崎支所の総務民生課

北区中央福祉事務所

担当中学校区：岡輝、石井、桑田、岡山中央、岡北、御南、吉備
所在地：岡山市北区鹿田町一丁目1-1（岡山市保健福祉会館内）
電話：086-803-1213

北区北福祉事務所

担当中学校区：中山、香和、京山、高松、足守
所在地：岡山市北区谷万成二丁目6-33（北ふれあいセンター内）
電話：086-251-6532

中区福祉事務所

担当中学校区：富山、操南、東山、操山、高島、竜操
所在地：岡山市中区赤坂本町11-47
電話：086-901-1233

東区福祉事務所

担当中学校区：西大寺、上道、上南、山南、旭東
所在地：岡山市東区西大寺中二丁目16-33（西大寺ふれあいセンター内）
電話：086-944-1885

南区西福祉事務所

担当中学校区：妹尾、福田、興除、藤田
所在地：岡山市南区妹尾880-1（西ふれあいセンター内）
電話：086-281-9620

南区南福祉事務所

担当中学校区：芳泉、芳田、福浜、福南、光南台
所在地：岡山市南区福田690-1（南ふれあいセンター内）
電話：086-230-0323

御津支所 総務民生課

担当中学校区：御津
所在地：岡山市北区御津金川1020
電話：086-724-1111

建部支所 総務民生課

担当中学校区：建部
所在地：岡山市北区建部町福渡489
電話：086-722-1112

瀬戸支所 総務民生課

担当中学校区：瀬戸
所在地：岡山市東区瀬戸町瀬戸45
電話：086-952-1112

灘崎支所 総務民生課

担当中学校区：灘崎
所在地：岡山市南区片岡207
電話：086-363-5201

おかやまオレンジカフェ

おかやまオレンジカフェ（認知症カフェ）とは、認知症の人とその家族、地域住民、専門職など誰もが気軽に参加できる集いの場です。認知症に関心のある人、認知症に対して不安を抱いている人など、どなたでも参加していただけます。

○最新情報は、市ホームページをご覧ください。

認知症カフェ（おかやまオレンジカフェ） <https://www.city.okayama.jp/kurashi/0000015986.html>
 (ホーム>くらしの情報>高齢者・障害者・福祉>高齢者の福祉>認知症施策>認知症カフェ(おかやまオレンジカフェ))

○カフェにはそれぞれ特徴があります。詳しい情報は、直接カフェ運営者へお問い合わせください。



岡山市内で開催されているおかやまオレンジカフェ一覧 令和7年10月末時点

福祉区	中学校区	名称	開催日時	開催場所・お問い合わせ先	内容	参加料	申込
中央	岡山中央	済生会なでしこ	第3金曜日 ※コロナ禍で 月1回にしています 13:30-15:30	岡山済生会ライフケアセンター 1階 (岡山市北区国体町 3-12) ☎ 086-252-2222	・語り合い、おしゃべり ・健康体操、レクリエーション ・専門職による個別相談	100円	不要
	御南	オレンジカフェ in 珈琲館	第2火曜日 14:00-16:00	岡山珈琲館 大野辻店 (岡山市北区今 3-25-20) ☎ 086-254-2211 (創心会大安寺センター)	・語り合い、おしゃべり ・専門職によるミニセミナー	無料* 飲食実費	不要
	吉備	オレンジサロン	第2土曜日 10:00-14:00	住吉公会堂 (岡山市北区撫川 184) ☎ 086-293-0834 (高畑)	・語り合い、おしゃべり ・ゲーム、脳トレ ・あつ晴れ! もも太郎体操	500円	不要
	吉備	きび庭瀬カフェ	第1水曜日 第3月曜日 10:00-12:00 ※状況により変更あり	特別養護老人ホームきび庭瀬 (岡山市北区庭瀬 1054-3) ☎ 086-236-6770	・語り合い、おしゃべり ・ゲーム、体操、脳トレ ・専門職による個別相談	100円	不要
	吉備	ふれあいカフェ	第3水曜日 ※状況により変更あり 15:00-17:00	学校法人中国学園 12号館 1階 MP 教室 (岡山市北区庭瀬 83番地) ☎ 086-293-0153 (総合生活学科 森田)	・語り合い、おしゃべり ・ゲーム、体操、脳トレ ・専門職による個別相談	100円	不要
	岡輝	京町カフェ	奇数月 第2水曜日 14:00-15:30	内田京町コミュニティハウス (岡山市北区京町 10-6) ☎ 086-234-0810	・語り合い、おしゃべり ・講習会 ・体操 ・健康、お薬相談 等	無料	不要
	岡輝	よりそいカフェ	偶数月の第2木曜日 10:00-12:00 ※祝日の場合は 第3木曜日	岡輝公民館 (岡山市北区旭本町 1-80) ☎ 086-222-0855	・認知症について学ぶミニ講義 のあとにおしゃべりタイム	100円	不要
	桑田	おれんじたいむ	第1・第3月曜日 10:00-12:00	大元公民館 (岡山市北区大元上町 10-31) ☎ 086-254-5558	・語り合い、おしゃべり ・体操 ・レクリエーション ・専門職による情報発信・個別 相談	100円	不要
	桑田	あのカフェ・ サーパスII	第1木曜日 13:00-16:00	サーパス西古松II 集会室 (岡山市北区西古松西町 5-15) ☎ 090-2001-8926 (ノブモト)	・語り合い、おしゃべり ・軽運動 ・ゲーム	無料	不要
	石井	きらめきカフェ in 下伊福	第2水曜日 14:00-15:30	きらめきクリニック (岡山市北区下伊福 1-2-6) ☎ 086-252-5358	・語り合い、おしゃべり ・専門職によるミニ講座 ・体操や脳トレ ・介護保険個別相談 等	200円	できれば 要
北	京山	杜(もり)の茶屋	第1火曜日 13:00-15:00	古民家「こだまの杜」*万成病院前古民家 (岡山市北区谷万成 2-2-45) ☎ 086-252-2261 (ヒラマツ・ホンジョウヤ)	・ご家族、当事者の方の語り合 い、おしゃべり(専門職の方 も含む) ・専門職による個別相談	100円	不要
	京山	地域交流カフェ こだま	第3土曜日 13:00-15:00	古民家「こだまの杜」*万成病院前古民家 (岡山市北区谷万成 2-2-45) ☎ 086-252-2261 (石丸・森安)	・おしゃべり、ミニ講座、音楽 コンサート ・体操、健康チェック ・専門職による個別相談	100円	不要
	京山	MaCO Café (まこカフェ)	第4木曜日 14:00-16:00	麻姑の小町 伊島 (岡山市北区伊島町三丁目 8-8-2) ☎ 086-259-0026	・ミニ講座 ・語り合い、おしゃべり ・軽運動、ゲーム ・専門職による個別相談	無料	不要
	京山	ほほえみカフェ	第4金曜日 13:30-14:30	養護老人ホーム報恩積善会本館1階食堂 (岡山市北区津島笹が瀬 9-8) ☎ 086-252-0471	・語り合い、おしゃべり ・軽運動、ゲーム ・専門職による個別相談	100円	不要
	香和	ゆるりふらっと 介護カフェ	第3木曜日 (土曜日の月もあり) 14:00-16:00	津高公民館 (岡山市北区栢谷 1677) ☎ 080-1908-7704 (野上) ☎ 086-294-4222 (津高公民館)	・『健康寿命』と『高齢者にフ クワク』を届けたい。 ・レクリエーション ・在宅介護をテーマにした専門 家による講座 ・笑いヨガと健康体操	100円	できれば 要 (当日参加可)

福祉区	中学校区	名称	開催日時	開催場所・お問い合わせ先	内容	参加料	申込
北	香和	ももぞの オレンジカフェ	第1日曜日 10:00-12:00頃	桃園会館 (岡山市北区富原 3240) ☎ 090-3179-3523	・茶菓子、コーヒー、紅茶等提供 ・参加者交流の場(おしゃべり) ・くつろぎ空間(囲碁将棋、手づくり紙細工、貸本) ・娯楽(紙芝居、DVD鑑賞、歌唱)	100円 (飲料、茶菓子代)	不要
	中山	きらめきカフェ	第3火曜日 13:30-15:30	ケアハウス さえずり 1階 (岡山市北区橋津 429-1) ☎ 086-284-1276	・語り合い、おしゃべり ・専門職によるミニ講座 ・体操や脳トレ ・介護保険個別相談など	100円	できれば 要 (当日参加も可)
	中山	地域ぼかぼかカフェ MOMOGAOKA	第3火曜日 (原則) 13:30-15:30	桃丘コミュニティハウス (岡山市北区芳賀 5114-89) ☎ 086-250-6910 (シゲザネ)	・ミニ講座 ・語り合い ・脳トレ体操 ・専門職による個別相談	無料	不要
	中山	桃カフェ	第2水曜日 13:30~15:30	老人憩の家 松尾園 (岡山市北区松尾 893 番地) ☎ 090-1186-9950 (キシ)	・語り合い、おしゃべり ・ミニ講座 ・ゲーム	100円	不要
	高松	ほっとりんく	第4水曜日 (祝祭日の場合は 第3水曜日) 13:00-15:00	特別養護老人ホーム いきがいライフたかまつ (岡山市北区立田 586-1) ☎ 086-287-8880	・語り合い、おしゃべり ・セラピードッグとの触れあい ・専門職によるミニ講座 ・専門職による個別相談	100円	不要
	高松	カフェ緑の樹	第4木曜日 13:30-15:30	スカイビュー鯉山 リビングルーム (岡山市北区吉備津 1011-1) ☎ 086-287-7778	・語り合い、おしゃべり ・健康体操、レクリエーション ・専門職による個別相談 ・音楽療法	100円	不要
	足守	癒しのカフェ in ケアハウスあしもり	第3金曜日 14:00-16:00	ケアハウスあしもり (岡山市北区下足守 46 番地) ☎ 086-295-9800 ☎ 086-295-1500	・語り合い、おしゃべり ・ドッグセラピー ・講座 ・専門職による個別相談	100円	不要
	建部	オレンジカフェ 「道くさ」	第3金曜日 10:00-11:30	のぶえ農園工房 (岡山市北区建部町下神目 1558) ☎ 086-722-0753 (ノブエ)	・語り合い ・おしゃべり ・手遊び ・読み聞かせ ・専門職による個別相談	100円 (飲料代)	不要
中	高島	ぼかぼか	第4木曜日 13:30-15:30 ※祝日の場合変更 あり。詳細はHPへ。	旭竜コミュニティハウス (岡山市中区高島一丁目 8-5) ☎ 086-237-1117	・語り合い、おしゃべり ・軽運動、体操 ・専門職による個別相談	200円	不要
	東山	オレンジカフェ ひらい	第3土曜日(原則) 10:30-12:00 ※8月、1月はお休み	東山公民館 (岡山市中区平井四丁目 13-33) ☎ 086-277-8456 (セノオ)	・包括、社協等の講座と交流 ・参加者同士のおしゃべり ・軽い運動や音楽等の娯楽 ・健康講座	100円	要
	東山	虹のカフェ	第2土曜日 13:30-15:30	岡山医療生活協同組合 コムコム会館 (岡山市中区赤坂本町 2-20) ☎ 086-271-7880 (岡山医療生活協同組合内 健康まちづくりセンター)	・語り合い、医療講話 ・レクリエーション、専門職による個別相談	200円	要
	操南	思い出カフェ	第2木曜日 13:00-15:00	湊東町内会公会堂 (岡山市中区湊 329-5) ☎ 086-230-1670	・認知症理解のための勉強会 ・ボランティアによる余興 ・季節を感じ楽しむ企画やおやつ の提供 ・カフェタイムで交流	200円	どちらでも 可
	操南	そらいろテラス	第2金曜日 13:00-15:00	操南公民館 (岡山市中区藤崎 201-4) ☎ 090-4293-8985	・専門職による個別相談会並び に個々の困りごと相談及び各 機関との協働 ・認知症の理解のための勉強会 ・地域住民向けの講演会やワー クショップ ・語り合い、おしゃべり	300円	どちらでも 可
	富山	オレンジカフェ 「青春」	第4月曜日 10:00-12:00	富山公民館 (岡山市中区福泊 246-1) ☎ 086-276-5332 (岡山市認知症サポートリーダー富山会)	・専門職による認知症講座 ・音楽鑑賞 ・語り合い、おしゃべり ・体操、脳トレクイズ、ゲーム ・専門職による個別相談 ※世代交流 特に児童・生徒と の交流を大切にしている	100円	要
	竜操	おひさま	第1・第3日曜日 13:30-15:30 (第1日曜日は 個別相談のみ)	東公民館 (岡山市中区高屋 344-1) ☎ 080-1915-6853 (ヒロオカ)	・語り合い、おしゃべり ・軽運動、体操、歌 ・認知症ミニ学習 ・専門職による個別相談	100円	不要
	竜操	オレンジスペース	第3火曜日 14:00-16:00 ※祝日の場合翌日	コメダ珈琲店 東岡山店 (岡山市中区神下 137-1) ☎ 086-208-6464	・語り合い、おしゃべり ・専門職による個別相談	無料 (飲食有料)	不要
東	旭東	ひかり	第4月曜日 13:30-15:30 ※祝日の場合は、日 程変更の可能性あり	住宅型有料老人ホーム ひかりテラス カラコエ松新町 2階 フロア (岡山市東区松新町 41-4) ※開催場所は時に旭東公民館に変更あり ☎ 086-944-4616 (ひかり薬局介護相談事務所・内藤)	・音楽療法 ・折り紙作品づくり ・体操 ・専門職による講座 ・専門職による個別相談 ・茶話会	1回 100円	不要
	旭東	ますのきんさん会	第2金曜日 14:00-16:00	西大寺北団地集会所 (岡山市東区可知 3丁目 8番) ☎ 086-942-5277 (創心会居宅岡山)	・語り合い、おしゃべり ・専門家によるミニ講座 ・脳トレ、ゲーム等	100円	不要

福祉区	中学校区	名称	開催日時	開催場所・お問い合わせ先	内容	参加料	申込
東	西大寺	フラットカフェ はなみずきプラス	第1・第3土曜日 13:30-15:00	デイサービスセンターはなみずき西大寺 (岡山市東区西大寺中野本町 1-13) ☎ 086-206-5122	・語り合い、おしゃべり ・軽運動、手芸、工作 ・専門職による個別相談	100円 (お好みの飲み物)	不要
	上南	ほのかフェ	毎月第3週の いずれかの平日 13:30-15:30	特別養護老人ホーム穂香の里 交流ホール (岡山市東区豊田 300-1) ☎ 086-948-0026	・語り合い、おしゃべり ・職員による演奏	無料 (カフェ有料)	特養入所者、 小規模多機能利用者及び その家族が対象
	上南	庭カフェ	第2日曜日 10:00-12:00 (雨天の場合は、 翌週に順延)	運営者自宅 (岡山市東区光津) ※詳細はお問い合わせください ☎ 080-5623-0700 (ハヤミ)	・地域の方が気軽に参加し交流、 教えあいや学びあひ。 ・専門職による個別相談。 ・認知症の理解促進。	無料	要 (屋外開催の 為必ず事前にお 問い合わせください)
	上南	さっちゃん家カフェ	第2水曜日 13:00-15:00	グループホームさっちゃん家 (岡山市東区金田 819) ☎ 086-948-9788	・語り合い、おしゃべり、参加 者交流 ・専門職によるミニセミナー ・健康体操、レクリエーション	300円	要
	山南	カフェde山南	毎週木曜日 13:30-15:00	ケアハウスたなぎ苑 地域交流スペース (岡山市東区宿毛 745-3) ☎ 086-946-1035	・語り合い、おしゃべり ・軽運動、体操、歌 ・専門職による個別相談	100円	不要
	上道	あかり薬局カフェ	第3水曜日 15:00-17:00	あかり薬局平島西店 (岡山市東区東平島 1041-1) ☎ 086-297-0551	・語り合い、おしゃべり ・専門職による個別相談 ・専門職によるミニ講座	100円	不要
	上道	オレンジカフェ さんさん	第3木曜日 13:30-15:30	デイサービス さんさん平島 (岡山市東区東平島 706 番地) ☎ 086-297-3003	・語り合い、茶話会 ・専門職による体操 ・専門職による講座 ・専門職による個別相談	100円 (飲料代)	不要
瀬戸	カフェ あゆもどき	第1水曜日 10:00-12:00	民家「あゆもどき」 岡山市東区瀬戸町瀬戸 359-2 ☎ 090-4800-7814 (カワイ) ☎ 086-271-7880 (健康まちづくりセンター)	・おしゃべり ・専門職による個別相談 ・体操 ・脳トレ	100円	不要	
西	興除	ハナミズキカフェ	第3月曜日 9:10-12:00	東睦ライフセンター (岡山市南区東睦 317) ☎ 070-5307-7431	・語り合い、おしゃべり ・体操、脳トレ、ゲーム等 ・講習会、ミニ講話 ・個別相談	100円	不要
	藤田	認知症カフェ @そうごう薬局	第3木曜日 15:40-17:00	①そうごう薬局 P モール藤田店 (岡山市南区藤田 560-518 両備プラッツ敷地内) ②藤田公民館 (岡山市南区藤田 580) ☎ 086-259-2271	・薬剤師による講義、語り合い ・講義内容に応じた測定機械の 使用 (簡易的な骨密度測定、 脳年齢検査等) ・健康相談等	無料	要 (電話)
	灘崎	カフェ暖家	第3水曜日 10:00-12:00	瀬戸内ビル 3 階 (岡山市南区西紅陽台三丁目 1-143 瀬戸内ビル3階) ☎ 086-728-0808	・語り合い、おしゃべり ・講話 ・レクリエーション、予防運動	300円	できれば 要
	灘崎	けやき オレンジカフェ	第3木曜日 14:00-16:00	グループホームけやき (岡山市南区川張 1300-1) ☎ 086-363-5355 (アベ)	・語り合い、おしゃべり ・専門職による個別相談	無料	不要
南	芳泉	ドレミ♪	①第2火曜日 ②第4火曜日 10:00-12:00	①浦安本町公会堂 (岡山市南区浦安本町 80-4) ②南公民館 (岡山市南区芳泉三丁目 2-2) ☎ 086-265-2013	・語り合い、おしゃべり ・軽運動、体操、音楽療法 ・専門職による個別相談	300円	不要
	光南台	カフェこおり銀座	第4月曜日 14:00-16:00	民家 (岡山市南区郡 1204) ☎ 086-267-2011 (岡山ひだまりの里病院) ☎ 086-272-2957 (林友の会)	・語り合い、おしゃべり ・専門職による個別相談	無料 (カフェ 100円)	不要
	光南台	ひだまりの家フェ	第4水曜日 14:30-16:30	グループホームひだまりの家 (岡山市南区飽浦 292) ☎ 086-267-9377	・カフェタイムで交流 ・語り合い、おしゃべり ・専門職による個別相談 ・グループホーム内の見学と説明 ・入居者と団楽	無料	不要

※岡山市高齢者福祉課 (☎086-803-1230) で把握済み、かつ、運営者の了承を得た認知症カフェのみを掲載しています。

認知症カフェを運営中・運営したい方へ

岡山市認知症カフェ運営補助金

○認知症カフェを自主的に運営する取組を支援しています。

詳しくは、高齢者福祉課 (☎086-803-1230) にお問い合わせください。



岡山市認知症カフェ運営補助金の申請について <https://www.city.okayama.jp/kurashi/0000016596.html>
(ホーム>くらしの情報>高齢者・障害者・福祉>高齢者の福祉>お知らせ>岡山市認知症カフェ運営補助金の申請について)

本人にとってのよりよい暮らしガイド(本人ガイド) —足先に認知症になった私たちからあなたへ

一足先に認知症の診断を受け日々を暮らしておられる方々が、認知症のご本人が元気になって、これからをよりよく暮らしていくヒントにしてほしい、と願って作られたガイドです。地方独立行政法人東京都健康長寿医療センターと一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ（JDWG）が共同で作成しています。

認知症のご本人が診断後に体験された事例をもとに、認知症になっても前向きに生きていくために役立つ情報が掲載されています。

認知症とともに生きる希望宣言

日本認知症本人ワーキンググループ（JDWG）は、平成30年11月1日、厚生労働省内で記者会見を行い「認知症とともに生きる希望宣言」を表明しました。

40代～80代まで、全国各地のご本人が声を寄せ合い、宣言文をつくりました。

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ 認知症とともに生きる希望宣言

- 1 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
- 2 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
- 3 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
- 4 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩いていきます。
- 5 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを一緒につくっていきます。

※以下のホームページからダウンロードできます。



○厚生労働省 認知症施策関連ガイドライン(手引き等)、取組事例
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000167700.html>



○一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ（JDWG）
<http://www.jdwg.org/statement/>

発行：岡山市高齢者福祉課（令和8年3月発行）

電話：086-803-1230

FAX：086-803-1754

