

定期開催中！！

毎月第1火曜日

14時～16時

吾妻交流センター

カフェ
ロマン
つくば

Dementia Friendly City

カフェロマン つくば

一緒に考えましょう。

“認知症ってなんだろう？

共に生きるまちづくり”

認知症フレンドリーコミュニティ
「100DFC」に掲載されました

認知症は誰にでも関係する身近な問題です。
カフェロマンは認知症になっても“したい”暮らし方を
メンバーと話し合ってきました。

その中で「認知症という言葉を本当は誰も説明できない」「外に出ることが大切だけど、出てはいけないと言われるのはなぜか」といった問いが上がりました。

認知症と共に前向きに生きるための学び、仲間作りと
地域活動への参加の活動を行なっています。本人・家族が
認知症になっても自分らしく生活できる一緒に考
えていくサークルです。

公式サイト

Facebookに最新情報を
更新しています。

(検索方法：カフェロマンつくば)

スマホのカメラを
向けると案内が出ます



オンラインでも参加OK！



活動の紹介



地域マーケットへ参加

販売のお手伝いや音楽DJなどを行っています。したいことをみんなでチャレンジが信条です！

カフェロマン会議

認知症にやさしい暮らし方について、ご本人や市民、専門家と共に語ります。孤立させない工夫を考えています。



外出・交通

移動への悩みを共に考えます。より安全な外出方法、公共交通の活用練習などを行いました。

月1回のミーティング

1ヶ月の近況報告や悩みについて話合います。オンラインを活用した参加も行なっています。



メディア掲載

- ・ 認知症フレンドリーコミュニティ「100DFC」
(検索方法：100DFC、茨城県つくば市)
- ・ 認知症未来共創ハブ
(検索方法：認知症未来共創ハブ カフェロマンつくば)



[お問合せ窓口（前田）]

070-3195-7630
heyryo1@gmail.com

(事務局)

UDワーク・オンラインステーション内
茨城県つくば市竹園2丁目20-5
文科省研究交流センター3階