



東大和市チームオレンジ

令和8年4月現在

「チームオレンジ」とは？

ステップアップ講座を受講した認知症サポーターが、認知症の人やご家族と共に、安心して暮らせるまちを目指し活動をする取り組みです。お気軽にご参加ください。詳しくは、市のホームページをご覧ください。



いきいき！ひだまり 東大和

スリーA方式認知症予防と進行予防のためのサロンです。軽い運動や脳活性化を目的としたプログラムを茶話会を含めて楽しくしています。

大切なのは「明るく♥頭を使って♥諦めない♥」いつからでも参加可能♥

活動日：第2・4木曜日
13:30～15:30

場 所：中央公民館
参加費：500円（お茶菓子付）

リーダー
募集



オレンジリングの会

オレンジカフェひがしやまと（認知症カフェ）は認知症の人や家族、地域住民、専門職の人が一緒に語り合い、ほっと一息つける場所です。認知症や高齢期に関する公開講座も行っています。

活動日：第3土曜日
10:00～11:45

場 所：上北台市民センター
参加費：100円

メンバー
募集



介護者のつどい東大和

小さいお子さん連れでも大丈夫。お気軽にお立ち寄りください。若いケアラーさんも、男性介護者も、看取り終えた方も、大人も子供も…ひとりぼっちじゃないよ。関心のある方はどなたでも参加できます。

活動日：第3木曜日
13:30～15:30

場 所：向原老人福祉館または仲原集会所
参加費：100円

要申込



桜が丘すまいるサロン

「楽しい！役に立つ」をコンセプトに、脳トレ・ボイストレーニング・ストレッチ・歌・演奏・手作りなど盛りだくさんの楽しいサロンです。

活動日：第2火曜日
(2月・8月休み)
14:00～15:30

場 所：総合福祉センター は～とふる
参加費：200円

要申込



三多摩健康友の会 東大和支部

だれもが住み慣れた地域で「安心して住み続けられるまちづくり」をめざし、市内6か所で「脳いきいき教室」や「認知症予防教室」「健康チェック」などに取り組んでいます。

活動日：第1・3火曜日
14:00～15:30
場 所：清原市民センター

活動日：第2・4木曜日
10:00～11:30
場 所：桜が丘団地集会所

活動日：第2・4金曜日
10:00～11:30
場 所：向原市民センター

参加費：無料

活動日：第1・3金曜日
10:00～11:30
場 所：中央公民館

活動日：第2・4木曜日
10:00～11:30
場 所：蔵敷公民館

活動日：第2・4土曜日
14:00～15:30
場 所：上北台団地集会所



【問合せ】
東大和市役所
健幸福祉部
介護保険課

電話
042-563-2111
(内線1172)

FAX
042-563-5930