

各区の地域サロンの取り組み状況について（アンケート結果）

自治体名 担当部署	地域サロンの名称等	対象者	活動場所	活動内容
練馬区	「街かどケアカフェ」	高齢者とはじめとする地域の方	①地域包括支援センター5か所に併設 ②各団体の拠点（区立施設等を利用する団体もあり） ③地域包括支援センター25か所が担当区域内の区立施設、コンビニ、薬局に出向き実施	①介護予防体操、健康講座、認知症カフェ、カラオケ、囲碁、将棋、小物づくり、カフェタイムなど ②各団体で特色のある活動（交流、体操、茶話会、歌、ゲームなど） ③介護予防体操、健康講座、小物づくり、出張相談等
千代田区	①シルバートレーニングスタジオ ②同好会 ③、④団体ごとに名称の異なるサロンおよび自主グループ	①65歳以上の区民 ②60歳以上の区民 ③社協運営型は区民、住民運営型は60歳以上の区民 ④高齢者など地域住の方	①区民館など ②かがやきプラザ ③高齢者施設や社会福祉協議会の施設 ④区民館など	①運動教室 ②運動、音楽、絵画、おどりなど ③茶話会、交流、体操、歌、ゲームなど ④運動、ウォーキングなど
中央区	①中央区高齢者通いの場 ②認知症カフェ	①概ね65歳以上の地域の方 ②認知症の方、その家族、地域の方等	①各団体の拠点（区立施設等を利用する団体もあり） ②各団体の拠点（区立施設等を利用する団体もあり）	①体操、健康講座、小物づくり、脳トレ、交流、茶話会など ②談話、情報交換、勉強会、コンサート、体操など
港区	①みんなとオレンジカフェ ②高齢者相談センターdeオレンジカフェ ③、④団体ごとに名称の異なる自主活動団体、サロン活動	①、②区内在住の認知症の方と家族、認知症予防に関心のある方 ③団体の構成員について、区が要請した介護予防リーダー等がいる、人数が5人以上、団体の所在地および代表者の連絡先が港区内にある事 ④高齢者、障害者、子育て中の親など	①区立施設 ②地域包括支援センター ③、④団体の拠点（区立施設等含む）	①認知症カフェ、認知症専門医による講話 ②認知症カフェ、介護予防体操、健康講座、筋トレなど ③交流、体操、歌、ゲームなど ④交流、体操、茶話会、歌、小物づくり、カラオケ、警察消防企業関係機関等からの講演
新宿区	地域安心カフェ	高齢者や介護者など地域の方	①都営住宅の集会室 ②介護施設内	①体操、歌、クイズ、演奏鑑賞等 ②華道、書道、音楽、体操、講話、和踊り、手作りお菓子等
文京区	かよい～の （さらに団体ごとの名称あり）	65歳以上の高齢者	公共施設や地域の居場所などで実施。	体操などのプログラム、助け合い・支え合い活動
台東区	①団体ごとに名所の異なるサロン ②認知症カフェ(名称それぞれ) ③ふれあい介護予防教室、うんどう教室 ④サロン ⑤出前講座	①高齢者など地域住の方 ②本人と家族、認知症に関心のある地域住民 ③区内在住の65歳以上の方 ④区内在住の60歳以上の方 ⑤地域の自主グループ・町会等	①各団体による。区立施設等を利用する団体もあり。 ②、③区立施設等 ④区内老人福祉センター4か所 ⑤各団体による。区立施設等を利用する団体もあり。	①各団体で特色のある活動 ②認知症カフェ ③介護予防体操、健康ミニ講座 ④脳トレ、カラオケ、数独、ストレッチ、書写、ダンスなど ⑤健康講座
墨田区	すみだほっとカフェ	高齢者など地域住の方	各団体の拠点	交流、体操、茶話会、歌、ゲームなど

江東区	①ふれあいセンター ②グランチャ東雲 ③ご近所ミニデイ ④認知症カフェ	①区内在住の60歳以上、障害者及び付き添いの方 ②小学校3年生以下の子と保護者、60歳以上または障害者とその付添いの方 ③要支援1、2および事業対象者 ④認知症の方やその家族、認知症予防に興味がある方、地域住民	①、②区内の福祉会館、老人福祉センター、自動・高齢者総合施設 ③各団体の拠点（集会施設等） ④各団体の拠点（区立施設等を利用する団体もあり）	①、②介護予防体操、健康講座、カラオケ、囲碁、将棋、小物づくり、脳トレ、健康・生活相談、サークル活動 ③体操、食事、ゲーム、脳トレ ④認知症に関する相談、茶話会、脳トレ
品川区	①・②ほっとサロン ③認知症カフェ	①・②高齢者など地域の方 ③認知症の本人・家族・専門職・地域住民等	①専用施設・専用スペース ②各団体の拠点（区立施設等を利用する団体もあり） ③各団体の拠点（区立施設以外を利用する団体もあり）	①・②体操・ストレッチ・ヨガ・筋トレ・太極拳・フラワーアレンジメント・民謡同好会・書道・手芸・親子交流等 ③交流、体操、茶話会、講和など
目黒区	シニア健康応援隊活動 「めぐろ手ぬぐい体操」	主に高齢者と地域の方	区立施設、町会会館、区営アパート集会室	ボランティアによるめぐろ手ぬぐい体操、健康講座、口腔体操、歌、脳トレ、など
大田区	①、②認知症カフェ ③ふれあいサロン	①、②認知症本人及びその家族、認知症に関心がある方など ③高齢者など地域の方	①地域包括支援センター集会室など ②ファミリーレストラン ③区民住宅の1室	①認知症サポート医などの講師による講義や体操、生活に役立つミニ講座など ②「おいじたく」などテーマに沿った講義や参加者同士の談笑など ③高齢者を中心に、誰もが会話・交流できるスペースの確保。高齢者の興味や関心に応じ、生きがいや介護予防につながる講座、イベント等の実施等。
世田谷区	①ふれあい・いきいきサロン ②支えあいミニデイ ③介護予防・健康づくり自主活動団体	高齢者を中心とした地域住民の方 ※③については、構成員の半数以上が65歳以上の区民	区民利用施設や団地・高齢者住宅の集会所など、各団体の拠点	①お茶とおしゃべりを中心に、歌・手工芸などを楽しむ仲間づくりの活動 ②①のサロン活動を基本に心身機能の維持や寝たきり予防などを目的に加えた活動 ③健康体操や水泳など、介護予防や認知症予防に効果が期待される運動を行う活動
渋谷区	若返るダイヤモンド体操	区内在住の概ね60歳以上の方	区内施設12か所	座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操を実施。また、地域の高齢者が運営や指導の担い手となるよう支援。
中野区	①通所型住民主体サービス事業「ミニデイ」等 ②認知症地域拠点 ③認知症カフェ ④団体ごとに名称の異なる住民主体サービス団体	①高齢者会館の利用は60歳以上の高齢者（事業によって対象者に違いあり） ②、③認知症の相談や参加者の交流が目的。特に高齢者の参加には限定しない ④基本的に高齢者が対象（総合事業対象者と要支援1・2を含む）	①高齢者会館 ②、③運営主体の施設や区有施設等 ④区有施設や集合住宅集会室	①健康づくり・介護予防等を目的とした各種事業や趣味活動の支援等 ②認知症に関する相談やカフェ、テーマを決めて勉強会など ③コーヒーやお茶を飲みながら、参加者同士の交流、情報交換 ④体操や趣味活動を通じた日中の居場所づくり。介護予防に資する活動も行う
杉並区	団体ごとに名称の異なる住民主体の通いの場	対象者の限定なし	区施設、個人宅、集合住宅の集会施設、介護関係施設、医療機関の空きスペース、学校の地域に開放した集会室、銭湯	体操、会食、茶話会、認知症予防、趣味活動、健康相談

豊島区	①東池袋フレイル対策センター、高田介護予防センター ②認知症カフェ ③つながるサロン ④地域区民ひろば (②～④団体ごとに名称あり)	高齢者とはじめとする地域の方	①前述の2か所 ②、③各団体の拠点(区立施設等を利用する団体もあり) ④各地域区民ひろば	①介護予防体操、健康講座、認知症カフェ、カラオケ、囲碁、将棋、小物づくり、脳トレ、カフェタイムなど ②、③交流、体操、茶話会、歌、ゲームなど ④介護予防体操、健康講座、小物づくり、出張相談等
北区	①介護予防で元気はつらつサロン ②ふれあい交流サロン	①、②各地域包括支援センターの担当地域の65歳以上の地域住民	①各地域包括支援センター、町会・自治会の施設及び区施設等 ②担当区域内の区立施設・公園、町会・自治会館、団地集会所、民間事業所・個人宅の部屋や庭、地域包括支援センター内など	①(1)体力測定や基本チェックリストの実施などで介護予防の必要性の説明、事業の啓発活動 (2)通いの場立上げ教室の利用方法を説明および、通いの場立上げ教室の講義や体操などを体験し、通いの場立上げ教室への参加を促す ②介護予防体操、健康講座、歌、小物づくり、脳トレなどが多く、その他、習字、そろばん、Zoomサロン、絵本読み聞かせ、健康マージャン、映画、囲碁将棋、園芸サロンなど
荒川区	①ふれあい粋・活サロン ②オレンジカフェ	①地域住民(団体によって異なる) ②認知症の人やその介護者、関心のある人等、誰でも参加可能	①各団体の拠点(区立施設等を利用する団体もあり) ②各団体の拠点(通所サービスセンターや区立ふれあい館等が多い)	①交流、体操、歌、脳トレ等 ②参加者同士の情報交換・交流、認知症に関する講座やイベント等
板橋区	①通所型サービス補助事業 ②筋トレグループ ③失語症会話パートナー笑顔 ④認知症フレンドリーカフェ (①～④団体ごとに名称あり)	①事業対象、要支援の方、一般高齢者 ②、③高齢者など地域の方 ④認知症の方や家族、専門職等を中心に年齢を問わない地域の方	各団体の拠点 ①区立施設利用あり ②区立施設ほか、介護施設や都営住宅の活用 ③ほとんど区立施設を利用 ④ほとんど区立施設以外の施設を利用	①健康講座、介護予防体操、会食、料理教室、茶話会、歌、脳トレなど ②「高齢者の暮らしを拓げる10の筋トレ」を行った後、他の運動、脳トレ、おしゃべりなど ③おしゃべり、買い物・調理、ゲーム・カラオケなど ④趣味、運動、交流、講座、相談など
足立区	①地域包括支援センター ②団体ごとに名称の異なる自主グループ	高齢者をはじめとする地域の方	①地域包括支援センターが圏域内の施設を利用して開催 ②地域住民が区内施設等を拠点として開催	①総合相談窓口、介護予防教室、認知症カフェなど ②ウォーキング、茶和会など
葛飾区	①シニア活動支援センター ②各団体で名称の異なる自主グループ ③、④オレンジカフェ	①区内在住55歳以上の方 ②高齢者とはじめとする地域の方 ※通所型住民主体サービス実施団体は、要支援認定を受けている者が1名以上参加すること。 ③、④高齢者とはじめとする地域の方	①葛飾区シニア活動支援センター ②各団体の拠点(区立施設のほか、自治会館、マンションや団地(UR含む)の集会所等) ③地域包括支援センターほか、地区センターで ④各団体の拠点(特別養護老人ホーム等)	①囲碁、将棋、健康器具が設置してあり、随時使用可能 ②交流、体操、茶話会、歌、ゲレクリエーションなど ③介護予防体操、健康に関する講座、朗読、交流、小物づくり、脳トレなど ④出前講座の依頼もあり(交流、体操、歌、ゲームなど)
江戸川区	①団体ごとに名称の異なる活動 ②くすのきクラブ ③団体ごとに名称の異なる地域ミニデイサービス	①③高齢者をはじめとする地域の方 ②江戸川区民の60歳以上の熟年者	①②③各団体の拠点(区立施設、集会室等)	①体操、会食、茶和会、認知症予防、趣味活動、生涯学習、ボランティア活動など ②体操(リズム運動) ③体操、健口体操、小物などの創作活動、フレイル予防に関するミニ講座、楽器演奏・鑑賞、茶話会など