



認知症の予防には、誰かと過ごすことが大切
そんな居場所を提供しています。

ズミほっとカフェ

場所：宮古島市平良字久貝 706 番地 1
(平良老人福祉センター内)

日時：毎週土曜日 13 時半～17 時

料金：無料 (予約・申込不要)

お問合せ：☎ 75-0656



盛島センター長 (中央) とズミほっとカフェスタッフ
の下地 サチ子さん (左)、與那城 栄子さん (右)

スタッフのお二人にカフェでの仕事について伺いました

お家で引きこもりがちだった方が、毎週ズミほっと
カフェに通うようになって、いきいきと変わってい
くのがとても嬉しい。楽しくてやりがいがあります。
一緒に働くカフェスタッフも募集しています。資格
等は不要ですので、興味のある方はご連絡ください。

ズミほっとカフェでは、認知症の方やその家族、地
域のみなさんが集まって日頃の悩みを相談したり、カ
ラオケや園芸、参加者同士のおしゃべりなど、自由に
過ごすことのできる場所を提供しています。

看護師スタッフが常駐しているので、認知症につい
ての質問・相談も可能です。

認知症疾患医療センター運営

おれんちカフェうふゆ

【場所】 うむやすみゃあす・ん診療所

【日時】 奇数月第 2 土曜日 9 時半～11 時半

料金：無料 (予約・申込不要)

お問合せ：☎ 79-8000

癒しの環境で心地よく過ごしていただきながら、必
要に応じて専門相談や認知症に関する確かな情報に触
れることができます。ご気軽にお越しください。



認知症のことはお気軽にご相談ください。

■認知症初期集中支援チーム

認知症サポート医と専門知識をもつ保健師・看
護師・社会福祉士で構成されています。

認知症の方 (疑いのある方) やそのご家族を訪問
し相談に応じます。

《平良地区にお住まいの方》

宮古島市地域包括支援センターひらら

☎ 75-0656

《伊良部・城辺・下地・上野地区にお住まいの方》

宮古島市地域包括支援センターみやこ

☎ 79-0811