

UPTREE 2026 年度事業計画

～ つながり・学び・支え合いの地域づくり ～

介護や認知症、地域とのつながりは、誰にとっても身近なテーマです。UPTREE は「支える人も支えられる人も孤立しない社会」の実現を目指し、地域の皆さまと共に活動が続けています。2026 年度も、交流・学び・社会参加の機会を通じて、誰もが安心して暮らせる地域づくりを推進してまいります。

🌱 相談援助事業

人と人がつながる居場所づくり

- **caregivers カフェこがねい**
介護中の方が気軽に悩みや経験を語り合える交流の場
- **アクティブシニア畑ラボ**
畑活動を通じた健康づくりと仲間づくり
- **哲学カフェ**
人生や介護について自由に語り合う対話の場
- **ナイトサロン**
夜間オンラインによる交流・相談の機会
- **目黒区コミュニティカフェ運営**
地域住民がつながる交流拠点づくり

📖 人材育成事業

学びを通じて地域の支え手を育成

- **小金井市男性介護者サポーター養成講座**
- **認知症サポーター養成講座**
- **認知症の人の社会参加推進事業**
- **目黒区サポーターズ連絡会**
- **認知症サポーターステップアップ講座**
- **介護者アカデミー（新規事業）**
- **企業内介護者カフェ運営**

🤝 啓発・啓蒙事業

誰もが安心して暮らせる社会へ

- **介護者手帳ダイジェスト版リニュアル**
介護に役立つ情報をわかりやすく発信
- **東京都ヤングケアラー支援事業**
- **大人になったヤングケアラーダイアログ**
- **LINE 相談支援**
- **BBQ 交流会・キャンプ**
- **キャリアセミナー**
- **ドキュメンタリー上映会**



畑ラボの様子



caregivers カフェ



介護者アカデミー
※旧介護者予備校



交流会・イベント

📅 2026 年度 主な活動予定

春	夏	秋	冬
畑ラボ開始	BBQ 交流会	介護者アカデミー	活動報告会
カフェ事業	ヤングケアラーキャンプ	認知症講座	手帳発行
サポーター養成	地域イベント	社会参加事業	次年度準備

UPTREE が目指す未来

「支えられる人」から「支え合う地域」へ

介護、認知症、ヤングケアラー支援を通じて、一人ひとりが安心して暮らし続けられる地域社会を目指します。年齢や立場を超えて学び、つながり、支え合えるコミュニティづくりを進めてまいります。