

# 認知症カフェで心安らぐひとときを

認知症の人とその家族、地域住民、専門職など、誰もが参加できる「認知症カフェ」では、物忘れや認知症の悩みなどを医療や介護の専門家に相談できます。悩みや不安だけではなく、人と交流する喜びを共有することができます。さまざまな人が集う地域の輪に、あなたも参加してみませんか。

## 認知症カフェ ココイタ

- とき 第3金曜日  
10時30分～12時30分
- ところ リトロココイタ  
(伊田商店街内)  
(伊田町9番25号)
- 内容 物忘れトレーニング  
ミュージックケアなど
- 問い合わせ  
伊田商店街振興組合  
(☎44-6161)



## 寄り合いカフェ 癒気多(ゆげた)

- とき 第3土曜日  
10時～12時
- ところ 見立病院デイケア  
(弓削田3237番地)
- 内容 アロマオイルの活用法  
ミュージックケアなど
- 問い合わせ  
見立病院(☎44-0924)



## 和民家カフェ まごころ

- とき 第3木曜日  
13時～15時
- ところ まごころ  
地域コミュニティハウス  
(川宮1711番地9)
- 内容 健康体操、小物作りなど
- 問い合わせ  
社会福祉法人まごころ  
(☎42-8855)



## 認知症カフェ運営 事業実施者募集

市では、認知症カフェ運営事業の実施者(協定締結)を募集しています。

- 対象 10人程度が集える安全な場所が確保でき、認知症カフェを概ね月1回程度開催できる法人、団体など。
- ※申し込み方法など詳しくは問い合わせください。
- 申し込み・問い合わせ  
高齢障害課地域包括支援係  
(☎85-7181)



## まちの健康相談カフェ ひまわり

- とき 毎月1回開催  
※詳しくは問い合わせください。
- ところ 後藤寺商店街  
(サンシャイン通り内)  
(本町4-20)
- 内容 ミュージックケア  
多世代交流など
- 問い合わせ  
ごとうじサンQ市委員会  
(☎090-7156-3219)



## いこいcafe

- とき 第3日曜日  
10時～12時
- ところ 寿楽園  
デイサービスセンター  
(伊加利2096番地)
- 内容 相談、笑いヨガ体操など
- 問い合わせ  
社会福祉法人 寿楽園  
(☎45-7703)



※利用料は原則無料ですが、材料費などが必要な場合があります。詳しくは各カフェにお問い合わせください。

## 誰もが集える 「認知症カフェ」

認知症カフェは、国が平成27年1月に示した「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」に基づいたもので、認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活できる環境を整え、認知症の人と家族の心と体の負担を軽くし、地域の中で支え合える仕組みをつくる取り組みです。市は、平成29年度



## 早期発見のために 相談を

認知症は、脳の病気です。記憶や思考などの能力が少しずつ低下し、日々の生活に支障が出るようになります。早期に発見ができれば、適切な治療で症状を改善できたり進行を遅らせたりすることができます。また、症状が軽いうちに、

からの取り組みを始めました。「カフェ」という名前が示すように、身近にあつて気軽に立ち寄ることができる憩いの場です。認知症の人とその家族、地域住民、医療や介護の専門家が集い、認知症の悩みを相談できるほか、認知症と向き合う人と交流することもできます。現在、市内5か所に設けており、認知症に関する情報交換や各カフェで特色ある誰もが楽しめるプログラムが組まれています(詳細は9ページ参照)。市では今後もカフェの数を増やし、各中学校区に1か所の設置を目指しています。



治療方針や利用できるサービスなどを家族で話し合い、認知症と向き合う準備ができます。生活の中の「もしかしら...」がサインです。気になることがあれば認知症カフェなどで気軽に相談してください。

**あなたの手元に「認知症ケアパス」**

市では、認知症とはどんな病気なのか、症状の変化に合わせてどんな対応方法や相談窓口があるのかなどをまとめた「認知症ケアパス(市の在宅医療と介護支援マップ)」を作成しました。広報たがわ6月15日号と一緒に配布しています。認知症と向き合うための支えになる1冊です。

## 認知症カフェ利用者の声



悩みや喜びを分かち合えるという幸せ

山本 ゆみさん



知りたかった答えがカフェにあった

伊藤 秀雄さん

姉が認知症になり、認知症に関する情報を知りたいとの思いで、姉と一緒に参加しました。みなさんが快く受け入れてくれて、話し好きの姉も私も楽しく過ごしています。介護保険のサービスや費用のこと、利用した人の感想などを聞くことができ、認知症と向き合うきっかけになりました。まずは参加してみてください。参考になることは必ずあります。

父の入所施設が認知症カフェを開いていたことが、参加のきっかけです。父を近くで看ながら、同じ立場の人や専門職の人たちと話し、体を動かし、笑顔になれる。そんな幸せな時間が好きで、父を看取った後も続けて参加しています。「認知症ではないし、まだ早い」と気後れせずに、ぜひ参加してほしいです。きっと心安らぐ憩いの場になると思います。



特集 認知症カフェ

# 支えてくれる 場所がある

市の人口に占める65歳以上の割合(高齢化率)は約33%で、全国平均に比べて高い割合です。認知症患者の増加が、世界共通の課題として警鐘が鳴らされる中、一番の不安を抱えているのは、認知症の人とその家族です。「これから先、どうしたらいいのか」。未来への不安を解消するため、誰かと一緒に支え合える「場所」が必要です。