

相談室たより 2020年1月

くろさき苑 事務課 大橋和生

こんにちは！くろさき苑の支援相談員の大橋です。今回は、いま認知症ケアの世界で話題の『認知症カフェ』についての取り組み内容をご紹介します。

認知症カフェとは

認知症の人やその家族をはじめ認知症に関心のある人が集まり、情報交換や交流をする中で認知症と向き合うための場です。認知症の人は、記憶障害や見当識障害などが進行するにつれ、はっきりした病識はなくても「何となくおかしい」と感じるようになり、不安や焦りを募らせます。また、周囲と話がかみ合わない、以前できていたことができなくなる、他人の態度が冷たくなったように感じるなどして円滑な人間関係が送りにくくなり、気力や自信も喪失して、引きこもって孤立してしまいがちです。一方で、認知症の人の家族は、介護やケアの負担が重くのしかかる上、徘徊や事故・事件を心配したり、本人から心無い言葉を浴びせられたりするなど、日常的に相当なストレスを抱えています。

『認知症カフェ』は、こうした認知症の人やその家族が日頃のストレスを吐き出し、認知症と前向きに付き合っていくパワーを充電する場所になっています。

認知症カフェの目的

『認知症カフェ』の目的は、「認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場」を提供することです。

みんなのカフェリクシス

2017年6月、『みんなのカフェリクシス』と称しオープンしました。『認知症カフェ』の理念は地域の誰もが参加できる自由な集いの場として、日頃から顔なじみの人々の助け合いや支え合う地域・街づくりや、認知症に理解があり、差別・偏見のない地域づくりや、認知症や障害があっても平等に安心して暮らし続けることのできる地域づくりなど、高齢・認知症・障害があっても役割があり、笑顔で暮らせる地域を目指しています。

コアメンバーとして、地域の民生委員さんと地域の介護施設・病院の職員や地域包括支援センターの職員が中心となり実行委員会を開催し、毎月の催し物を決定しています。

毎月第4木曜日の13:30~15:00に、認知症の人やその家族の方や地域の人など気軽に参加頂いています。内容は、もの忘れ検診医による認知症の講和・相談。認知症コーディネーターによる認知症サポーター講座・脳トレやもの忘れ検診。その他、映画鑑賞会・創作活動・音楽演奏会などを開催しています。2019年度は、温泉旅行・忘年会や花見など季節の行事を取り入れた催し物を開催しました。では、その様子や風景をご覧ください。



もの忘れ検診医による認知症講和



創作活動（エコバック）

おおむた認知症カフェ連絡協議会

大牟田市内でも認知症カフェは現在 12 ヶ所オープンしています。2018 年 1 月『おおむた認知症カフェ連絡協議会』が発足しました。会を通じて各カフェの取り組みや運営を共有しています。また、『おおむた認知症カフェフェスタ』を毎年 1 月に開催しています。市民の方へ広く啓蒙活動の場として、認知症への理解と地域の方々との触れ合いの場となっています。



フェスタ様子（ゆめタウンにて）



告知ポスター

2月号に続きます。乞うご期待ください。

