



「認知症カフェ」をご存じですか？ NO.2



「認知症カフェ」は、認知症の方とその家族、地域の方など誰でも気軽に参加できる交流の場で、楽しみながら認知症への理解を深めることができる場です。「カフェ」という名のとおり、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、簡単なゲームや軽い運動などをしたり、皆が笑顔で穏やかに過ごせる場所です。また、日頃の心配ごとや介護のことを話したり、認知症について相談することもできます。

現在、市内には9カ所の「認知症(予防)カフェ」があります。今回は、その中から「おしゃべりカフェ あんず」と「認知症予防カフェ ひぐらし苑」を紹介します。

❁「おしゃべりカフェ あんず」(美都町仙道) ※平成26年オープン

カフェを始めたきっかけ

「地域への認知症啓発活動から」

- 地域の方が、認知症になっても自宅での生活が続けられるように。
- カフェ開催日には、健康情報や高齢者の方に役立つ情報を伝えています。

〈基本情報〉

開催日 毎月第3土曜日
 時間 10:00～11:30
 場所 交流ハウス あんず
 参加費 1人100円
 (食事がある時は300円)
 問い合わせ先 ☎ 52-3401

カフェにおじゃましました！(6月17日開催)

梅雨時期のこの日は、「グループホームあんず」の施設長さんが、豪雨災害に備えて防災について話をしました。参加者の皆さんは熱心に耳を傾けていて、避難場所のことなど分からないことがあると質問をしていました。お茶とお菓子が出されると、「あんこは粒あんがいい」など会話も弾み、始終和やかな雰囲気でした。

避難場所を確認。

日頃から近所の人と話し合っておきましょう！

「わが家の防災メモ」の活用
薬・保険証などをすぐに取り出せるように用意しておく
といいですよ。



❁「認知症予防カフェ ひぐらし苑」(波田町) ※平成28年オープン

カフェを始めたきっかけ

「認知症サポーター養成講座を開催したことから」

- 認知症の方も認知症でない方も集える場
- 認知症を理解し、将来の不安を軽くする場所

〈基本情報〉

開催日 年4回 春・夏・秋・冬
 時間 9:30～11:30
 場所 ひぐらし苑
 参加費 1人200円
 問い合わせ先 ☎ 26-0044

カフェにおじゃましました！(6月25日開催)

この日は、認知症予防カフェの立ち上げに関わった方が、認知症について話をしました。参加者は80代～90代の方で、デイサービスを利用している方や「デイサービスを勧められるがまだ行ったことがない」という方もおられました。畑で野菜を作っている方が多く、スーパーに野菜を出荷している方もおられるそうです。皆さんでお茶やお菓子を楽しみながら会話も弾みました。

忘れていても迎えに来てもらえるからええね。

一人じゃあ来とんでも来られんけえ…。



★お近くの認知症(予防)カフェについて詳しく知りたい場合は、高齢者福祉課まで問い合わせください。

【問い合わせ先】市高齢者福祉課 地域包括推進係 ☎ 31-0245