



「認知症カフェ」をご存じですか？ NO.3



「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 じんごう」を紹介します。

※現在、休止している認知症(予防)カフェもあります。今後、活動を再開しましたら広報ますだで紹介していきます。

✿「おしゃべりカフェ じんごう」(美都町宇津川) ※令和2年オープン

カフェを始めたきっかけ

「立ち寄れる場所があれば」

- 認知症の人が道に迷わないように立ち寄れる場所があればいい。
- 地域の人誰もが、バスを待つ間に寄れる場所。

カフェにおじゃましました！

この日は、月に1回集まって四季折々のデザートを楽しみながらおしゃべりをする日で、梅ジュースとびわのシロップ漬けをいただきました。普段は無人で、訪れた人は備え付けのコーヒーを飲みながら、ノートに「悩みごとや自分の思い」などを綴ります。隣にある駐在所の方に、カフェの開け閉めなどの協力をいただいています。

〈基本情報〉

開催日 月～金曜日
 時間 9:00～15:00
 場所 宇津川駐在所横
 参加費 1人100円
 問い合わせ先 ☎ 52-2241

若い人と話ができて嬉しい。雑談の中でやる気が出てくる。

皆さんの話を聞くのが楽しみ！



年齢に関係なく、立ち寄った人が自由に書き込めるノート。今ではこんなにたまっていきます。

★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。

11月30日(いい看取り・看取られ)は 人生会議の日

あなたは「もしものこと」を考えたことがありますか？

私たちは、誰でも、命に関わる大きなけがや病気をする可能性があります。

多くの方は、命の危機が迫った状態になると、自分ひとりで医療のことや介護のことを決めたり、自分の希望を人に伝えたりすることができなくなるといわれています。

自分が病気になった時や介護が必要となった時に、「自分はどう生きたいのか」をあらかじめ考えておき、家族や大切な人、周囲の人と繰り返し話し合い、共有することを「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」といいます。

将来に備え、自分自身で前もって考え、周囲の人たちと話し合い、その考えを共有することが大切です。あなたらしく暮らすために「自分が受けたい医療や介護」について考えておくことが大切です。

この機会に、大切な人と一緒に「もしものこと」を考えてみませんか？



アドバンス
Advance

(あらかじめ)

あらかじめ将来に備えよう。

ケア
Care

(世話・医療・看護・介護)

医療・介護だけではなく、暮らしを考えよう。

プランニング
Planning

(計画を立てる)

希望や思いは変化していくものです。くり返し考えよう。

【問い合わせ先】市高齢者福祉課 地域包括推進係 ☎ 31-0245