

# 認知症カフェで聞く地域の輪

認知症カフェとは、地域包括支援センターや地域の方で運営され、認知症ご本人や家族、地域の方など誰でも気軽に参加できる場です。認知症について学んだり、体を動かしたりさまざまな活動を行っています。

今回は、自分の好きなことをきっかけに認知症カフェで活動を始めた竹岡信夫三さんと、その活動を支える皆さんにお話を伺いました。

**問合せ** 在宅介護支援係 ☎5984-4597 FAX 5984-1214



## 好きなことを一緒に楽しく! 竹岡信夫三さん(ご本人)

以前はプロのトランペッターとして舞台上で演奏していました。音楽はずっと好きで、今は独学で尺八に挑戦しています。認知症カフェでは合唱を指揮し、声がそろわなくてもいいから、大きな声で歌うように伝えています。音楽はやっぱり楽しめない。皆さんが好んで歌いたくなるように教えたい。好きなことをしているときは自分も楽しいですし、人にも優しく触れ合えます。

## ご家族にも聞きました

## きっかけは地域包括支援センター 竹岡良子さん(竹岡さんの妻)

最初におかしいなと思ったのは、夫が道を間違え、しかも間違えたことに気付いていなかったときです。やがて何度も同じことを言ったり、約束したことを忘れていたりすることが増えていき、どうしたらいいかわからず地域包括支援センターに相談しました。そこで紹介された認知症のご家族が集まる会に通い、受診を勧められた病院で夫が認知症と診断されたことで、ようやく状況を理解できました。家族の負担は大きいですが、行政の支援はありがたいです。さらに望めば、理解不足や偏見による行為は本当につらいので、認知症のことをもっと周知してほしいです。

認知症カフェで歌の指揮をする竹岡さん▶



## 大切なことは地域とつながること



認知症地域支援推進員  
(地域包括支援センター職員)  
**横塚亜美さん**

私たちが行っているのは「認知症を通じた地域づくり」。認知症のご本人を中心とした医療・介護などの支援ネットワークを地域の中で構築するため、相談内容に応じて適切な機関や団体につながります。認知症の診断を受けて「どうしたらいいかわからない」と困惑するご家族が多いので、認知症カフェなどをご案内しています。大切なことは、孤立せずに地域とつながることです。困り事があればぜひ、お近くの地域包括支援センターにご相談ください。



## 地域でご本人とご家族をサポート

認知症サポーター  
(ボランティア)  
**上原完身さん**

認知症の方たちと歌ったり、折り紙をしたりしています。認知症の夫を介護した経験をもとに、ご家族の相談にも乗っています。夫を介護している頃はこの活動を全く知らなかったもので、少し後悔しています。不安を抱えるご本人やご家族の方には、ぜひ認知症カフェなどの活動に参加してほしいです。



認知症サポーター  
(ボランティア)  
**野々村志津子さん**

夫の介護でお世話になったケアマネジャーさんに勧められてこのボランティアを始めました。認知症カフェは楽しいだけではなく、勉強にもなります。参加すると自分自身も元気でいられますね。自分の経験を生かして、認知症ご本人やご家族とお話することで少しでも安心してもらえたら、と思います。

## 心配なこと、相談してみませんか

### ●お近くの地域包括支援センター(医療と介護の相談窓口)

認知症カフェや介護家族の会についてもご案内できます。詳しくは、区ホームページやわたしの便利帳をご覧ください。区報9月11日号でもお知らせします。



### ●認知症なんでも相談窓口

認知症のご本人や介護者の方が抱える困り事について、専門職員が相談に応じます。▶**区の担当:**在宅介護支援係 ▶**申込:**電話で各施設へ

施設名(所在地)	電話番号	日時
ミニケアホームきみさんち (関町北3-36-12)	3929-2208	第2土曜 14:00~16:00
小規模多機能型居宅介護たがらの家 (田柄4-10-25)	3998-8767	第4土曜 13:30~15:30

※時間はいずれも1時間程度。

### ●認知症介護家族による介護なんでも電話相談

☎6904-5080(毎水曜午前10時~午後3時)

他にも、自分でできる認知症の気づきチェックリストや、もの忘れ検診などがあります。詳しくは、区ホームページ▶



## 一緒に地域でサポートしませんか?

### 認知症サポーター養成講座

「あなたも今日から『応援者』!

~正しい理解と接し方を学ぼう」HP

▶**日時:**9月26日(内)午前10時~正午 ▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶**講師:**小規模多機能型居宅介護たがらの家介護統括責任者/油山敬子 ▶**定員:**80名(先着順) ▶**申込:**区ホームページまたは電話で在宅介護支援係へ



HP印の催しの  
申し込みはコチラ



▲区ホームページ

## 自分や家族、周りの人のために学びたい方へ

### 認知症フォーラム

「自分の認知症・親の認知症~上手なつきあい方を学ぼう」HP

▶**日時:**9月21日(土)午後2時30分~4時50分 ▶**場所:**区役所アトリウム地下多目的会議室 ▶**講師:**群馬大学大学院保健学研究科教授/伊東美緒 ▶**定員:**100名(先着順) ▶**区の担当:**在宅介護支援係 ▶**申込:**区ホームページまたは電話でNPO法人認知症サポートセンター・ねりま ☎090-8772-9157(午前10時~午後5時)

### 耳の聞こえ講演会「耳からはじまる認知症予防」HP

▶**日時:**9月24日(火)午前10時~正午 ▶**場所:**区役所本庁舎20階 ▶**内容:**講義、補聴器の展示 ▶**講師:**認定補聴器技能者/宮廣忠男 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**区ホームページまたは電話、ファクスで①講演会名②氏名(ふりがな)③電話番号④ファクス番号(ある方のみ)を、在宅介護支援係へ

### 認知症医学講座「認知症の本30冊を読んでわかったこと」HP

▶**日時:**9月30日(月)午後2時~4時 ▶**場所:**ココネリ3階 ▶**講師:**陽和病院認知症高齢者担当部長/村田雄一 ▶**定員:**50名(先着順) ▶**申込:**区ホームページまたは電話で在宅介護支援係へ

パネル展 「一足先に認知症になった私たちからすべての人たちにへ」

▶**日時:**9月20日(金)~27日(金)午前8時45分~午後8時(20日は午後1時から、27日は正午まで) ▶**場所:**区役所アトリウム