

# 9月は「認知症を知る月間」です

症状を理解し、共に支え合うまちに



認知症とは、脳の病気によって記憶力や判断力が低下し、生活に支障が出てくる状態のことです。現代の医学で治すことは難しいとされていますが、周りの人たちの助けがあれば、認知症であっても地域で自分らしく生活することができますといわれています。市では、「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を進めていて、一人でも多くの市民の理解とサポート体制の構築を目指しています。

本人とご家族をサポートする活動のひとつが、地域で開かれる「オレンジカフェ」(認知症カフェ)です。同カフェは認知症の方やその



医療・福祉の専門職が連携を図る「ケアカフェ」でも、認知症の理解を深めています

家族、介護職の方、地域の皆さんが気軽に集まり、お茶を飲みながら自由に語り合う場。現在、市内3カ所で定期的に開いています。同じ体験を持つ人とおしゃべりすることで、気持ちが楽になったり、認知症そのものについての理解が深まります。9月は「認知症を知る月間」です。まずはカフェに足を運び、認知症を知るきっかけにしてみませんか？申し込みの必要はありませんので、気軽にお立ち寄りください。

## オレ ン ジ カ フェ

楽しみながら学び、理解深める

### カフェテリア フライブルク

(フロイデ総合在宅サポートセンター友部内)



記憶力強化のトレーニングや薬の正しい服用法、社会資源の紹介など、毎回違ったテーマを設定し、専門職がわかりやすく紹介しています。

「リハビリや医療、福祉制度などを楽しみながら学んで、認知症の理解につながるようなプログラムを組んでいます。参加者同士が話し合う時間も大切にしていきますので、どうぞお気軽に立ち寄ってください」と、管理者の室井さんは話しています。

日時：毎月第3水曜日、午後2時～3時30分  
参加費：300円～(1品注文)  
問い合わせ：TEL0296-73-5577  
(鯉淵6526-19)

6月に行われたコグニサイズ。運動と認知課題(計算やしりとりなど)を組み合わせて、認知症予防を目指します

## 思い出を語り合い脳を活性化

## ほっとカフェ グリーンハウス

(ケアハウスかさま内)



手作りのデザートを味わいながら、思い出話をしたり、おしゃべりを楽しむ参加者ら

回想法や脳トレなどを行いながら開催。回想法は、例えば正月やお盆といった昔ながらの行事や出来事、生活の道具、古いまちの風景などを写真やイラストで紹介し、それに関する思い出を自由に語り合うことで脳が活性化されます。

施設長の畑岡さんは、「7月には合唱団のミニコンサートを開き、好評でした。今後もいろいろな企画を取り入れて、楽しみながら交流できる場にしていきます」と話しています。

日時：毎月第3日曜日 午後1時～4時

参加費：300円(飲み物はおかわり自由、茶菓子付き)

問い合わせ：TEL0296-70-1100 (石井32-1)

## 岩間にも新規オープン

## すずらんの里



これまで友部地区と笠間地区だけだったオレンジカフェが、6月から岩間地区にもオープンしました。毎月末の日曜日にデイルームを利用して定期的で開催しており、まずは、参加者同士が気軽に話し合える場として、地域に定着させることを目指しています。

日時：9月24日、10月29日、11月26日、12月17日  
午後2時～3時30分

参加費：200円(飲み物、茶菓子つき)

問い合わせ：TEL0299-45-0555 (土師1283-5)

まずは気軽に会話が楽しめる雰囲気づくりから。  
昔話に聞き入る参加者の皆さん

## 成年後見制度について解説

友部公民館



認知症などで判断力がなくなったときに、その人の権利を守る制度である成年後見制度に関する講演会(主催：水戸市権利擁護サポートセンター、共催：笠間市)が7月11日、友部公民館で開かれました(写真)。水戸信用金庫地域活性支援部の和地礼子さんを講師に招き、市民のほか、民生委員や福祉関係者、行政関係者ら85名が参加。高齢者の財産管理の必要性について学びました。

## 認知症を恐れなくて

市立病院院長 石塚 恒夫



認知症は治すことが難しい病気ですが、周辺症状(徘徊や暴言など環境に起因する症状)は、薬で

抑えることも可能ですし、介護サービスを適切に利用することで、地域で生活することができるようになります。

市では、地域包括支援センターが中心となって、医療職や介護職、リハビリ職、福祉関連職など幅広い専門職が連携を図っています。たとえ認知症になったとしても、しっかりと対応してもらうことができます。決して認知症を恐れることはありません。まずは、医療機関や福祉機関に相談してください。