

# やまがた認知症カフェ通信 2016 10月号

平成28年 10月15日発行 発行元／山形県認知症相談・交流拠点さくらんぼカフェ

さくらんぼカフェでは遠方で来られない方も認知症カフェを利用できるように、庄内・最上・置賜の地区ごとに出張交流会を開催しています。今回は、最上地区の出張交流会の様子を紹介します。

## 認知症相談出張交流会 ～in 最上～ 『カフェ・七色』



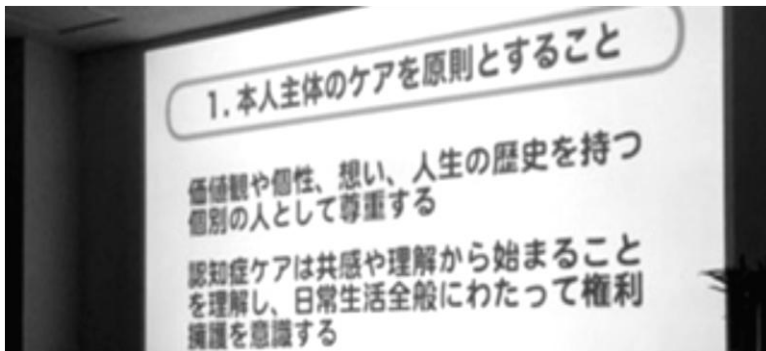
最上地区では、空き店舗(カフェ七色)で出張交流会を開催しています。去年は、休日の 13:00～15:00 に開催しました。今年は、平日、最終水曜日の 18:00～20:00 にナイトカフェを開催しています。6月、7月、8月まで毎月開催しました。9月は、10月2日の認知症フォーラム(作業療法士会主催)で合同開催となりました。

参加される方は、地域の方・認知症の方・介護者・専門職(OT・ケアマネ・薬剤師・管理栄養士・介護福祉士・社会福祉士等)幅広く、参加してもらっています。毎回、地域包括支援センター職員の方の参加もあります。

今年、スライドを使用した勉強会を1時間程度行い、参加者で認知症に関する知識を深め、その内容について話しあうようにしています。7月は、七夕の短冊に一年間の目標を書いて、披露するという行事を行いました。

専門職から、「自分たちが知っていて当たり前」と思い込んでいる「情報」を「まだまだ知らない方がいる」などの気づきもあります。介護者同士が共通の話題で盛り上がることもあります。フラットな感じで、ゆるゆるな感じで参加できるのが「カフェ七色」の魅力です。最近では、「話のご馳走」になり、お菓子がなくても、一杯のお茶で楽しめるようです。

8月のカフェでは、「RUN伴～オレンジ千羽鶴プロジェクト」へ参加し、オレンジ千羽鶴を折り、その羽にメッセージを書きました。現在、オレンジ千羽鶴はさくらんぼカフェに飾ってあります。(高木)



### さくらんぼカフェより

さくらんぼカフェから旬の話題をお届けします！

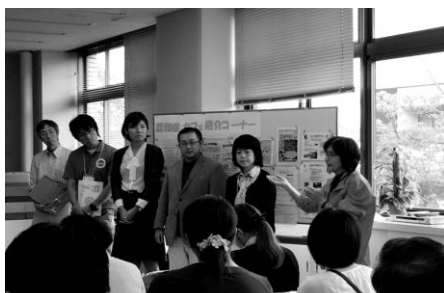
9月は世界アルツハイマーデー月間でした！

## 市民公開講座 『県内すみずみに認知症カフェをつくらう！』

～一般社団法人日本作業療法士会設立50周年一般社団法人山形県作業療法士会設立30周年記念事業～

毎年9月は世界アルツハイマーデー月間です。1994年国際アルツハイマー病協会は9月21日を毎年「世界アルツハイマーデー」と制定、毎年、アルツハイマー病の理解普及の様々なイベントが行われます。今年、上山城と山形大学工学部でオレンジ色にライトアップしました。また、さくらんぼカフェでは9月22日、山形県作業療法士会と合同で認知症フォーラムを開催し、認知症啓発ビデオ「二本の傘」上映、県内カフェのちらしを展示紹介、言語聴覚士、理学療法士など各専門の職員が相談に応じました。(草苺)

■問合せ:さくらんぼカフェ ☎023-687-0387(平日 昼 12時～午後4時)



## つつじカフェ ー長井市ー

小規模多機能ホームあら町ケアセンターでは、平成26年度より長井市の委託を受け、介護相談喫茶「つつじカフェ」を開いています。当初は隔月に開催していましたが、昨年度より毎月第4木曜日に行っています。活動内容は、主に介護相談、介護予防運動、当センターの職員や看護師による講話（「健康」や「認知症」について）などです。また、ボランティアの方によるミュージックケアやマジックショー、フラワーアレンジメント教室などを企画したこともありました。徐々に地域の方々に知って頂き、参加者も増え、笑いの絶えない和やかな場となっています。つつじカフェの自慢は、職員による手作りの“お茶おき”です。料

理上手な職員が作る旬の食材を使った寒天や漬物、懐かしい郷土料理など、皆様からご好評を頂いております。作り方を教え合ったり、「昔よく作ったね～」と思い出話に花が咲いたり、会話も弾みます。毎月、「今回はどんなメニューにしよう？」と皆で頭を悩ませています。参加者の方の「おいしい！」という言葉と笑顔が私達の励みになっています。つつじカフェは、認知症の方や介護者の方など、どんな方でも気軽に参加できます。落ち着いた和室で、和気あいあいとおしゃべりを楽しんだり、体操をして体を動かしたり、日常生活の中のちょっとした息抜きの場になれば幸いです。おいしい手作りおやつをご用意してお待ちしております。

■問合せ：あら町ケアセンター ☎0238-84-7577



### ■基本データ

運営母体	長井市
場所	(有)HYOコーポレーション 小規模多機能ホームあら町ケアセンター
開設時間	毎月第4木曜日 午後2時～3時30分 ※あらかじめ電話でお申し込みください。
対象者	どなたでも
利用料金	無料
飲食メニュー	飲み物各種 手作りおやつ
内容	介護相談 介護予防運動 各種イベント
スタッフ	地域包括支援センター職員 あら町ケアセンター職員 ボランティア
連携機関	ケアセンター とこしえ あやめ通り
宣伝・広報	市広報 近隣へのチラシ配布

# 何でも話せる場、『あったかカフェ てんどう』！

天童市認知症地域支援推進員(社会福祉士)  
天童市地域包括支援センター中央



**高崎 健一** (たかさきけんいち) さん 一天童市一

地域包括支援センターの相談は様々です。その中でも認知症の相談は多く、「悩みを聞いてほしい」、「認知症の関わりで苦しんでいる」、「自分も認知症ではないか？」など…。介護サービスなどで環境を整えることも大事ですが、本人、介護者にとっては、「一人で悩まず情報交換したり、不安なことを話したりする場」が大切と日々感じておりました。

天童市でも、「認知症の介護の悩みや、相談、情報交換などの場」として、今年の6月から毎週水曜日、13時～15時30分まで市総合福祉センター2階で「あったかカフェてんどう」を開催しています。「あったかカフェ」とは、①「あったかい」気持ちになれる場所、②「あった！」と認知症に関する知識がある場所、③「会った(会えた)」と人と人がつながる場所が名前の由来です。「あったかカフェ」は、参加者からも「レイアウトは～したほうが良いよ」、「杖置きがあったほうが良いよ」など、和やかな雰囲気の中、参加者と一緒につくりあげています。「あったかカフェ」は天童市の認知症地域支援推進員やボランティアさんなどが常駐していますので、「～を話したい!」、「～を聞きたい!」、「おしゃべりしたい!」など、どんな動機でも結構です。どうぞ、お気軽にお立ち寄りください。私自身も、地域包括支援センターで、認知症相談の「生の声」を聴いている経験を生かし、「あったかカフェ」の温かい雰囲気の中で、出会いを大切にしながら、少しでもサポートできればと思っています。

(編集部より) 今月は、天童市認知症地域支援推進員の高崎健一さんです。このシリーズ初めての男性推進員さんです。9月に全国研修を終え、認知症カフェの運営など、推進員活動に意欲的に取り組んでいます。次回は、高崎さんからの紹介で、同じく天童市認知症地域支援推進員の石川秀行さんです。

## めざせ！カフェマスター

認知症カフェを極めたいあなたに、マメ知識を紹介します。

# せっかく始めた認知症カフェ、多くの人に来てもらうためには？

認知症カフェを始めたけどなかなか人が集まらない、認知症カフェが必要な当事者より支援者の数のほうが多いといった話を聞くことがあります。認知症カフェを多くの人に知ってもらい参加してもらうためには、どのような広報の仕方があるでしょうか。まずは、ポスター・チラシなどの案内を病院や地域包括支援センター、デイサービスの事業所、訪問看護・介護の事業所など、認知症カフェを必要としている人と関わりのあるところに置いてもらい、認知症カフェについて紹介してもらうことが必要です。また、地域の方や広く一般の方に知ってもらうためには、役所や公民館などにチラシを置いてもらったり、市町村の広報紙とともに地域の方に全戸配布したり、回覧板でお知らせする方法もあります。その他に、地域の広報紙や新聞に広告を載せたり、インターネットを利用して、ホームページに載せたり、フェイスブック・ツイッターで情報を発信する方法もあります。

まだまだ、認知症に対する偏見があるため、『認知症』という言葉を使うと「人は集まらないのでは」といった声も時々聞かれます。チラシ等を作成する時、ダイレクトに認知症カフェとせず、やんわりとした表現で認知症カフェをお知らせする工夫が必要な場合もあります。

いずれにせよ、認知症カフェを必要としている認知症の当事者と家族、認知症ではないかと悩んでいる方々に来てもらえるように周知することが大切です。

参考図書：浅岡雅子著『認知症カフェの始め方・進め方』  
武地一編著・監訳『認知症カフェハンドブック』

山形県認知症相談・交流拠点  
**さくらんぼカフェ**にようこそ!

09541  
●月曜日～金曜日(休日) 年々(年始除く)  
●昼12時～午後4時

認知症の人と家族の山形県認知症相談・交流拠点として、気軽に相談できる交流の場をオープン。お茶やコーヒーをご用意しております。障がい者の方には「出張交流員」がご参加ください。

※出張交流員の参加費は無料です。

**MENU** メニュー

常設の電話・面談相談	出張交流会の開催
常設の交流スペース	若年性認知症の方の交流スペース

常設の電話・面談相談  
認知症の本人・家族がいつでも気軽に相談できる。認知症の悩みや不安を解消し、必要な支援や情報を知ることができる。

出張交流会の開催  
認知症の本人・家族が安心して参加できる。認知症の悩みや不安を解消し、必要な支援や情報を知ることができる。

常設の交流スペース  
認知症の本人・家族が安心して参加できる。認知症の悩みや不安を解消し、必要な支援や情報を知ることができる。

若年性認知症の方の交流スペース  
若年性認知症の方の悩みや不安を解消し、必要な支援や情報を知ることができる。

ウィークエンドカフェ (13:00～15:00)  
2017年12月1日(日)・2月18日(土)  
2018年7月16日(土)・9月17日(土)・11月19日(土)

山形県認知症相談・交流拠点  
**さくらんぼカフェ**  
やまがた認知症コールセンター  
☎ 023-687-0387  
✉ kazukunokai@camel.pitala.or.jp

●月曜日～金曜日 12:00～15:00(休日) 年々(年始除く)

さくらんぼカフェ チラシ

**新規オープンカフェ**

**お茶っこカフェ(米沢市)**

- 日時:10月22日(土)10:30~12:00  
※1~2ヶ月に1回上記時間で随時開催予定(お問い合わせ下さい)
- 場所:米沢市すこやかセンター(米沢市西大通1丁目5-60)
- 参加費:300円
- 問合せ:米沢市立病院 患者支援センター  
☎0238-22-2450(内線4119)

**オレンジカフェみのり(山形市)**

- 日時:10月22日(土)12:30~16:00  
※毎月第4土曜日、上記時間で開催
- 場所:元佐藤医院(山形市中野84-1)、鏡どうぶつ病院北隣
- 参加費:スイーツセット200円
- 問合せ:有限会社ケア・ワールド 担当・大場  
☎023-686-9034

**茶処そよ風(川西町)**

- 日時:10月29日(土)10:00~11:30  
※来年度から定期的に開催予定

- 場所:デイサービスセンターそよ風の森(川西町大字時田1417)
- 問合せ:そよ風の森 ☎0238-46-2121

**認知症ハートフルカフェえがお(寒河江市)**

- 日時:10月21日(金)18:15~20:15(夜間開催)  
※毎月第3金曜日、上記時間で開催
- 場所:デイサービスみ～んなえがお(寒河江市西根石川西269-1)、白田歯科医院隣
- 問合せ: デイサービスみ～んなえがお  
☎0237-85-1201

**イベント情報**

**認知症の人と家族の会 公開講座(山形市)**

- テーマ:「誰にとっても住みやすいまちに」
- 基調講演:福祉ジャーナリスト町永俊雄氏(元NHK福祉ネットワークキャスター)
- 日時:10月30日(日)13:00~15:30
- 場所:山形市保健センター3階視聴覚室(霞城セントラル内)
- 定員:100名
- 参加費:無料
- 問合せ・申込み:認知症の人と家族の会山形県支部  
☎023-687-0387

認知症施策推進協力員の藤井が皆さまのモヤモヤを解決するコーナー



藤井がゆく

**『若年性認知症』の定義はなに？**

若年性認知症という言葉をよく耳にしますが、一般的に18歳～65歳未満で発症した認知症をこのように言うようです。『若年認知症の臨床』(監修:宮永和夫 2007年)の中で、認知症について全国調査するにあたって、65歳未満の認知症をどう呼ぶか議論になり、当時、若年痴呆(若年性認知症 early onset dementia)の言葉が作られたとあります。また、認知症を発症時期でみると、18歳～39(45)歳を若年期認知症、40(45)歳～65歳を初老期認知症といい、この2つを合わせて若年性認知症、そして、65歳以上を老年期認知症と言うようです。ちなみに、0歳～17歳は精神発達遅滞となります。世界的なDSM-IVとICD-10の区分では、65歳未満を早発性(early-onset)、65歳以上を晩発性(late-onset)と表現しています。認知症の発症時期に関する用語については混乱があるようです。

このように若年性認知症は、認知症の発症時期で区分された言葉でしたが、若年性認知症と高齢者の認知症の違いは病気そのものより、働き盛りの年齢と言ったことから、本人の社会的な立場や役割、周りの環境などに違いがあるとされています。

**発行元**

山形県認知症相談・交流拠点  
さくらんぼカフェ  
TEL023-687-0387  
FAX023-687-0397  
皆さまのご意見・ご感想をお待ちしております。

**編集後記**

日が暮れるのが早くなりました。夕方になんともなく気忙しくなります。こんな感じが、たそがれ〇〇〇?…高齢者の交通事故が増えています。ドライバーは早めの点灯とハイビーム、歩かれる方は反射材が有効とのこと。それと自転車も気を付けましょう。それにしても一気に肌寒くなりました。カフェでも手洗い、うがいなどをこまめに風邪、インフルエンザ、感染症対策をしっかりと。(五十嵐)