

# やまがた認知症カフェ通信 2019 1月号

平成31年1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

## ～特集～ 山形県認知症施策推進行動計画の概要



### 基本目標③ 認知症の人と家族にやさしい地域づくりについて

今回は9月号に引き続き、山形県認知症施策推進行動計画において、基本目標の3つ目の柱である「認知症の人と家族にやさしい地域づくり」について紹介します。

#### ◆相談体制の充実強化

介護者がストレスを抱えている場合、認知症の方と介護者の関係性によっては、認知症の症状に悪影響を及ぼし、さらに介護負担を重くするという悪循環に陥ることが少なくありません。県では平成27年度より認知症相談・交流拠点「さくらんぼカフェ」を開設し、電話や来所者への相談対応を行うほか、介護者同士が情報交換できる交流の機会を提供しています。「出張交流会」もその取組みの一つです。県内各地に出向き、認知症介護の経験者の講演や家族同士の交流会を行っています。今年度は県内4ブロック(村山、最上、置賜、庄内)で各3回、計12回の開催を予定しています。

また、若年性認知症の方への支援として、「さくらんぼカフェ」では平成28年度から若年性認知症支援コーディネーターが常駐し、相談対応や関係機関との調整に当たっています。今年度からはコーディネーターのフルタイム化を図り、相談対応の充実に加え、関係機関との連携にも力を入れて取り組んでいるところです。また、当事者・家族の交流の場として若年性認知症の人と家族のつどい「なのはな」を月に1回開催し、当事者同士の交流や、専門医との相談会等を行っています。

#### ◆地域による支援体制づくり

認知症の人と家族にやさしい地域をつくっていくためには、社会資源である様々な人材、機関等の協力を得て、地域による支援体制を構築していく必要があります。「認知症カフェ」も認知症の人やその家族を支える地域資源の一つです。県内には平成30年11月30日現在、100箇所の認知症カフェがあります。地域の方々や専門職等の協力を得ながら、認知症支援に関する情報提供や相談、交流など各地で工夫を凝らした運営が行われています。認知症の方にとっては、自分のペースで過ごすことができ、医療機関の受診や介護保険サービスを受けるきっかけになるなどつなぎの役割も期待されています。県では、認知症カフェの継続的な運営のために、運営者対象の情報交換会の開催や好事例の発信を行っています。



認知症カフェの様子① ハンドマッサージ



認知症カフェの様子② 音楽療法

## 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！

### ～「認知症カフェ×地域づくり」認知症カフェセミナー2019～ 会場：「ハーネル仙台」

東北各地域の運営者と情報交換、新たな出会いもありました!!(主催:認知症介護研究・仙台センター・仙台市)

1月12日(土)カフェの運営と地域づくりを様々な視点で考えようと開催された情報交換会に参加してきました。会場では、昨年秋に開催の山形県内各ブロックの「情報交換会」の参加者との再会もありました。

◆参考となったひとつ…共にこれからの「没個性化」しないカフェの在り方を探りましょうとのメッセージ

この国のあり方＝この地域のあり方＝私たちのあり方 地域のカフェの「没個性化」を防ぐためには、①新たな当事者 ②公共(公益)性 ③専門性、④地域性の4つの輪で、運営者だけではなく、全てが水平な関係のもとで育まれる必要があります。人と人との間の中で自然な学びの場となり、地域らしいカフェが作られることの再確認ができました。

主催者の加藤伸司氏のあいさつでは、認知症国家戦略を担っている自負をと励ましのことがありました。

## 認知症になっても穏やかに暮らせる三川町を目指して にこにこ☺メイト(三川町)

『にこにこ☺メイト』は、三川町のキャラバンメイト有志のボランティア団体です。今までは、キャラバンメイト本来の仕事である、認知症サポーター養成講座の開催が主な仕事でしたが、平成28年度より『にこにこ☺メイト』とグループ化し、認知症サポーター養成講座だけでなく、町や地域での認知症カフェの運営にも力を入れています。認知症の方、そのご家族、地域の方どなたでも参加できるカフェは、認知症カフェという意味合いだけではなく、介護予防の場、居場所にもなっています。カフェの内容は、経験豊富なメイトさん自ら、介護予防体操、寸劇、踊りなどで参加者を楽しませたり、時には家族介護者の悩みに寄り添い、介護者の方がリフレッシュできるような場を作ったりもしています。町内の居宅介護支援事業所や病院、施設、地域のボランティアの方々からもお手伝いしてもらい、毎回大盛況で開催しています。

認知症サポーター養成講座の内容も、寸劇、紙芝居、自作の教材を使った説明等、毎年グレードアップしており、今では、毎年町内の小学校でも開催させていただくようになりました。

『にこにこ☺メイト』の寸劇は、分かりやすくおもしろいと評判が高く、町の講演会、研修会等でもたびたび演じていただいております。

認知症について普及啓発し、認知症の人もそうでない人も、誰もが穏やかに過ごせる三川町を目指して、日々頑張っています！



## インフォメーション

ホットな話題をお届けします！

## 認知症VR体験～virtual reality～ のご案内

さくらんぼカフェでは、損保ジャパン日本興亜ひまわり生命保険株式会社山形支社より、認知症の方の世界を体験できるVRゴーグルを寄贈して頂きました。

簡単に組み立てられ、スマートフォンに専用アプリをダウンロードして、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症の方の妄想や幻視などを疑似体験できるものです。

動画監修は東京医科歯科大学脳統合機能研究センター認知症研究部門の朝田隆特任教授です。

カフェ開催時に皆さんで体験を共有してみませんか。数に限りがありますが、ご希望のカフェに提供したいと思えます。以下の内容を記載の上、ファックスでさくらんぼカフェ(023-687-0387)宛てご連絡ください。



### VRゴーグル希望

①カフェ名称 ②所在地 ③電話番号 ④ご担当者の記入をお願いします。

## カフェ情報

### 金山町の「認知症カフェ」ご紹介

○認知症の方や高齢者の方の居場所として  
○介護者のリフレッシュ、学びの場として  
○通院の待ち時間に

気軽に立ち寄れるサロンです。

### 「ホットサロン」

場所: 町立金山診療所 4階談話室

月一回木曜日開催しています

日時: 2月14日(木)10時から11時30分

「ものづくり体験」

～楽しくおしゃべりしながら手作りしてみよう～

日時: 3月14日(木)10時から11時30分

「春から元気に活動するための運動」

～理学療法士による実技～

ご参加お待ちしております。

問合せ先: 金山町地域包括支援センター

電話: 0233-52-3035