

おむすび通心

第9号
2023年夏

皆さん、こんにちは！

私たちは焼津市の認知症地域支援推進員です。さて、今回は、焼津市で活躍している「チームオレンジコーディネーター」をご紹介します！

【チームオレンジコーディネーター

望月隆仁さんにインタビュー！】

**Q チームオレンジコーディネーターとは、何を
する人ですか？**

A もの忘れの気になる方や認知症と診断された方が、住み慣れた街でいつまでも安心して暮らせるように、認知症への理解を深めたサポーターを増やすことが私の仕事です。また、認知症への理解を広げ深めることも大切な役割です。認知症は若い方でもなりますし、高齢になれば、いつ誰がなっても不思議ではありません。そして、早期発見・早期治療が重要です。そのため、なるべく多くの皆様に、認知症について「自分ごと」として知って頂きたいのです。

Q 活動をしていて良かったことは何ですか？

A いろいろな場所にチラシを持って行き、認知症の啓発活動をしました。訪問先では、認知症についての質問が多くありました。私は、普段、介護施設に勤めているので、皆さんが認知症について知らずにいるということが驚きでした。そして、皆さんから認知症についてもっと知りたいと言ってもらえ、嬉しかったです。疑問や質問があっても聞く所すらわからないという人もいました。自分にとっての当たり前が、他の人にとっては、当たり前ではないということに気付けたことも、私にとっては収穫です。



チームオレンジコーディネーター
もちづき たかひと
望月 隆仁 さん

Q 活動での苦労や課題は、何ですか？

A 一般の方に認知症の話をする時、「わかりません」と言われることがあります。その時、「私には関係ない」と思っている人が多いと感じます。また、訪問先の企業で社員の方に認知症の方の家族がいるかもしれないという話をしますが、あまり関心を持たれないことも事実です。一方で、とても関心を示してくれる方々もいます。

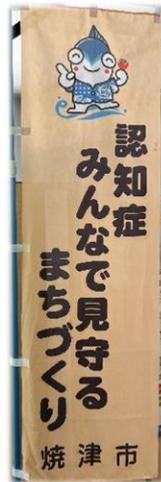
今後、65歳以上の5人に1人は認知症になる時代が来ると、言われています。また、75歳未満の方々が、それ以上の高齢者を支える社会になるとも言われているのです。

市民の皆さんに、認知症のことを「自分ごと」として真剣に考えてもらうには、どうしたらよいかを考えることが、今の私に与えられた大きな課題だと考えています。

(裏面も見てね！)



望月さん、ありがとうございました！



Q 市民の皆さんへのメッセージを聴かせてください。
A 地域のイベントなど、市民の皆さんが集まる所ならどこへでも出向き、皆さんと仲良くなつて、「認知症」についての情報を積極的に発信していきたいです。
「認知症になつても安心して暮らせる街・焼津市」をスローガンに、世界一、誰もが暮らしやすい街を、皆さんと共に創りたいです。街で見掛けたら、気軽に声を掛けてくださいね！

【カフェで本人ミーティング開催】

5月26日、市内の「エソラコーヒー」にて本人ミーティングを開催しました。
当日は、天候に恵まれ、皆さんが常に笑顔。そして、とても自然体でご自身の想いを語り合うことができました。



【認知症地域支援推進員の願い】

認知症地域支援推進員（以下、「推進員」）は、認知症施策の「旗振り役」と言われています。
私は、推進員の役割を任せられた当初、何をすれば良いのか不安でいっぱいでした。手探りで活動しながら、推進員として一体何をすべきなのか、ずっと自問自答していました。

そんなある日、研修で「認知症と共に生きる人やそのご家族が暮らしやすい地域を目指すことに留まらず、誰もが暮らしやすい地域を目指すことが大切だ」と、という言葉にハッとしました。これは、「ノーマライゼーション」の考え方そのものです。
無我夢中で活動しているうちに、地域の様々な方々との良いご縁をたくさん頂きました。そして、皆さんから多くのことを教えて頂き、様々な想いに気づくことができました。認知症の方だけでなく、誰もが暮らしやすい街を目指し、これからも、市民の皆さんと良いご縁でつながり合いながら、「認知症になつても安心して暮らせる街・焼津市」を皆さんと一緒に目指したいです。

焼津市南部地域包括支援センター 望月 旬子

【活用されています！】

焼津発！認知症よくわかるた

焼津市が制作した「認知症よくわかるた」が、沖縄県のある小学校の授業で活用されています！

「認知症よくわかるた」を活用し、認知症について、楽しみながら学ぶ取組が、焼津市だけではなく、静岡県内や全国に広がると、とても嬉しいです♪



詳しくはこちら



無料で印刷
できます！

【発行】焼津市 地域包括ケア推進課

各地域包括支援センター（北部・中部・南部・大井川）

第9号編集／南部

おむすび通心

第10号
2023年秋

皆さん、こんにちは！
私たちは焼津市の**認知症地域支援推進員**です。

さて、9月は『世界アルツハイマー月間』でした。認知症を正しく理解し、認知症になっても安心して暮らせる社会を目指して、今年も日本全国で数多くの取り組みが行われました。

わが街焼津でも、様々なイベントが開催されましたが、今回は9月24日に行われた『オレンジDフェス』の様子をご紹介します！

また、8月に行われた本人ミーティングの様子と、『焼津発！認知症よくわかるた』を活用されている『特別養護老人ホーム菜の花』（藤枝市）での取り組みもご紹介しますので、ぜひ最後までご覧ください！



およんな広場で 『オレンジDフェス』が開催されました！

9月の世界アルツハイマー月間に合わせ、焼津市内を中心に音楽活動をしているチーム『おくんがくる』と、焼津高校の生徒3人による認知症啓発グループ『D, A, G』の共催により、気軽に認知症のことを知ってもらえるイベント、『オレンジDフェス』が開催されました。

このイベントは、株式会社かしはるが運営するおよんな広場で行われ、誰もが楽しめる音楽やレクリエーション、ダンスなどのステージと各種出店により、常時50人以上が集う賑わいを見せました。

また、当日は市内で活躍する6か所のチームオレンジ代表者が集まり、ステージでそれぞれの取り組みの報告や交流を行うなど、焼津市の認知症施策を広く知ってもらうためにも有意義な場となりました。



チームオレンジコーディネーターとしてイベントの協力にあたった望月隆仁さんは、『若い高校生世代から高齢者まで本当に多くの方がオレンジ色のものを身に着けて来場してくれ、世代を超えて広く認知症を理解してもらうことができた。施設の利用者さんや、認知症疾患医療センターの関係者なども来てくれ、チームオレンジの活動についての発信もできたので、本当に有意義なひと時となった。また来年もこういったイベントができればと思う。』と話してくれました。

当日の様子は、焼津市公式インスタグラムにも投稿されていますので、ぜひご覧くださいね！

『スイーツカフェ豆治』で
本人ミーティングを開催しました！

8月下旬の残暑厳しい昼下がり、『スイーツカフェ豆治(まめじ)』で、認知の人とその家族が集まり本人ミーティングが開催されました。

参加したのはご主人が認知症を持つ3組の夫婦。それぞれが好きな物を注文し、コーヒーの香りがする店内で語りの場を持ちました。

夫たちは昔話に花が咲き、そこから現在の生活や趣味について話が弾み、妻たちは共感できる仲間が欲しいと話していました。



認知症を持つ方と暮らしていく、在宅生活を継続していくために家族が希望していることは、住み慣れた地域で温かな見守りの中で過ごしていくことではないでしょうか。

夫婦が一緒に過ごす幸せな時間が続くためにも、認知症のことを多くの人に理解してほしいと感じました。



【活用されています！】
焼津発！認知症よくわかるた

焼津市制作の『焼津発！認知症よくわかるた』を活用されている方々をご紹介するシリーズ！今回は、藤枝市の『特別養護老人ホーム菜の花』での取り組みをご紹介します。

お話を伺ったのは、生活相談員の柴山育乃さん。柴山さんは焼津市キャラバン・メイトとしても活躍されており、それがこのかるたを活用するきっかけとなりました。

日頃、ショートステイ利用者や入所者の方々向けに行っているとのこと。皆が見やすいように札をA5サイズに引きのばしたり、時間が長くなりすぎないように、伝えたいメッセージの句を残しつつ枚数を減らして行うなど、レクリエーションインストラクターとしても活躍されている柴山さんらしい工夫が散りばめられていました。参加者もとても楽しんで下さっているとのことでした。

今後について、柴山さんから『このかるたを通じて、利用者様だけでなく職員とも認知症の理解を深めていければ。職員と利用者様と一緒に関わり、楽しめるツールとしてさらに活用していきたい。』とのお言葉もいただきました。

『認知症よくわかるた』を通じて、認知症について楽しみながら学ぶ取り組みがもっと広がっていくように、今後もいろいろな活用事例をご紹介していきたいと思っておりますのでお楽しみに♪



生活相談員の柴山さん

いろいろな工夫で
かるたを楽しんでいます！



【発行】 焼津市 地域包括ケア推進課
各地域包括支援センター（北部・中部・南部・大井川）

おむすび通心

第11号
2024年 冬

皆さん、こんにちは！

私たちは焼津市の**認知症地域支援推進員**です。

さて、今回は、認知症カフェを平成28年度から開催されている「**ちよっくらよらっカフェ**」の代表の高橋真由美さんにお話を伺いました。

また、お正月に「焼津発！認知症よくなるた」を活用した、かるた大会の様子や、12月に行われた本人ミーティングの様子もご紹介しますので、ぜひ最後までご覧ください。



「認知症カフェとは？」

物忘れが気になる方やそのご家族、地域の皆さんなど、だれもが気軽に集うサロンです。認知症のことを学んだり季節のイベントを一緒に楽しみ、誰もが暮らしやすい街づくりを目指しています。

**ちよっくらよらっカフェ
毎月第4土曜日に開催中！**

「ちよっくらよらっカフェ代表 高橋さんにインタビュー」

Q ちよっくらよらっカフェの活動をはじめたきっかけは何ですか？

A もともとお年寄りが好きで、若い頃からボランティア活動をしていました。40代から、介護施設で働く中で「認知症が進行されても最後まで寄り添いたい」という気持ちが強くなり、退職後、「認知症の方と関わりたい」「一から認知症のことを勉強したい」と思い活動を始めました。

Q どんな活動をしていますか？

A 昨年8月から宮島様のお宅をお借りして、スタッフ1人、ボランティア10人、参加者20人程で活動しています。スタッフには、看護師や介護福祉士、ヘルパーがいます。「楽しく、優しく、和気あいあい」とを心がけて、身内、仲間と思って活動しています。認知症カフェなので、いつも最後に認知症に関する小話をするようにしています。



ちよっくらよらっカフェ
代表 高橋真由美さん

Q 活動での苦勞はありますか？

A 限られた資金の中で、いろいろな行事をしたり、環境を整えています。夏はエアコンがなく扇風機を数台使用したり、椅子の数もまだまだ少ないため、ご協力してくださる方がいましたら、ご連絡ください。

Q 最後に地域の皆さんへメッセージを聴かせてください。

A 2月は、とても迫力があり、美しい音色の津軽三味線を弾いてくださる増田さんをお招きする予定です。市内・市外問わず、どなたでもお待ちしています。ぜひ一度お立ち寄りください。（事前連絡不要）



日時 第4土曜日 9:30～11:30
場所 宮島勝司様宅（石津364）
参加費 200円（茶菓子代）
連絡先 080-5111-1372（高橋）

活用されています！焼津発！認知症よくわかるた

通所型サービスA おたっしゃクラブ



1月12日、おたっしゃクラブにて「認知症よくわかるた」をA4サイズに印刷した手作りかるたを床やテーブル、廊下に置き、機能訓練も兼ねたかるた大会が行われました。

絵札の裏の解説文も大きな文字になっていて、絵札を取った方が読み上げたり、読み札の言葉から「あなたのケアマネジャーは誰ですか？」と質問をしていて、様々な工夫をされています。職員の下村さんから「いろいろな方が認知症を学べる良いきっかけになっています」と嬉しいお言葉をいただきました。

大井川児童センターとまとぴあ



1月4日、とまとぴあにてお正月遊びとしてかるた大会が行われました。「認知症よくわかるた」を活用して、市内の小学生27人が参加してくれました。

職員の高橋さんは、お正月らしく袴を着て華やかな雰囲気会場を盛り上げており、「認知症の方が地域にいたら優しく声をかけてくださいね」「誰もが暮らしやすい街にしたいですね」と子供たちに呼びかけてくださいました。

【焼津発！認知症よくわかるた】



詳しくはこちら



借りる

市内の地域包括支援センターで貸出をしています。

買う

地域包括ケア推進課にて、1セット1,100円で販売しています。

【発行】

焼津市地域包括ケア推進課
各地域包括支援センター（北部・中部・南部・大井川）

第11号編集／北部



過去号はこちら！

【「新屋食堂アヤナイ」で

本人ミーティングを開催しました！



12月8日、穏やかな午後のひとつ。焼津市本町にある「新屋食堂アヤナイ」で認知症本人ミーティングを行い、2組の夫婦が参加してくださいました。認知症当事者は、これから自分達がやりたい事について話し、妻は現在の気持ちや思いを話してくれました。

認知症の人も様々な事に関心が持てます。現代の子供達の生活や環境について心配になる当事者たち。「もつとのびのび成長させてあげたい」「立場や色々なものを超えて人と人が気軽に交流できる時代になるといい」「いろいろな人がいるから世の中面白いんじゃないかな」こんな言葉が出てきました。でもそれは子供だけでなく、認知症の人にも言えることではないかと感じました。認知症という病名だけがひとり歩きして、病名を先に見てしまいがちですが、「人」の部分を大切にしていきたいです。



【次回の本人ミーティング】

日時 2月20日（火）
13:00～14:30
場所 長久寺（田尻342）
参加費 300円
申込先 626-1219

（地域包括ケア推進課）

おむすび通心

第12号
2024年 春

皆さん、こんにちは！

私たち、焼津市の**認知症地域支援推進員**です。

ようやく春本番！桜も満開になり、新生活を始められる方もいるのではないのでしょうか？

認知症地域支援推進員では、認知症の人とその家族の方や市民の方への認知症普及啓発のイベントを企画中です。本年度も新しい出会いがあることを期待しております。

住み慣れた地域で、いつまでも自分らしく生活するために、認知症についての正しい理解が進むよう、楽しくゆつくり皆様と足並みをそろえて歩いていきたいと思っています。



長久寺 本人ミーティング開催！！

『ご本人の声を大切にしよう』

焼津市では、認知症の人の声をしっかりと聴くため、令和元年度から「**本人ミーティング**」を開催しています。

2月20日に行われた本人ミーティングは、田尻北にある長久寺で行われました。3組の認知症当事者とご家族が参加されました。本人ミーティングの参加は**初めての方たち**です。レクリエーションとして数珠と匂い袋づくりをしました。数珠に糸を通す作業をしながら、周りの人達と話をしたり、お手伝いをしたり、されたりと和やかな雰囲気でした。



指先を使い配色を考え

ながらの数珠作りは、

2つの作業を同時に行うので、脳を活性化する効果も期待できます。

長久寺の武藤住職は「認知症であってもそうでなくても、普通に普通に家族や人がいっぱいいる場所で、笑顔のたくさんある場所で、楽しく過ごせるのが一番良い。楽しんでもらいたい。」と話していました。

武藤住職のおじい様が認知症を患っていたことなど、この機会を通して貴重なお話を聞くことができました。参加者の方から「楽しかった」「また会いたい」の言葉が聞けました。

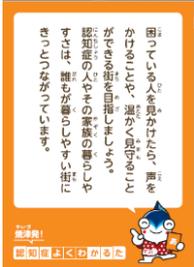


焼津発『認知症よくわかるた』全国につながる！！

年が明けて仕事始めの日。焼津市に長崎県諫早市地域包括ケア推進課より電話がありました。

「焼津市で作成した『認知症よくわかるた』を小学生対象認知症サポーター養成講座で利用したい」という電話でした。かるた大会をした後、絵札、解説文を自宅へ持ち帰り、家族で認知症について考えてもらおうと企画しているとのこと。

『認知症よくわかるた』が完成して一年。かるたは、沖縄県や長崎県、山口県、北海道など私たちの思いも寄らぬところで使われています。「ホームページのデータは使ってもよいですか？」等の質問をいただき『認知症よくわかるた』を通して全国の方々とつながっていることを実感しました。



認知症になっても自分らしく

令和6年3月10日、総合福祉会館で「令和5年度焼津市認知症市民啓発講演会」を開催しました。

講師は、さとうみきさん。ご自身が若年性認知症と診断され、真つ暗なトネルの中でもがき苦しんでいる時、大切な人たちとの出会いで一筋の光が差し込み、そこを抜け出せたこと、日々の暮らし、当事者だからわかること。それらを伝えていく活動についてお話をしてくださいました。認知症があっても無くても「今を生きる」大切さを学べる良い機会になりました。



後半は「認知症になっても安心して暮らせる街♡焼津」に向けて活動している静岡福祉大学の学生と認知症啓発グループ『D、A、G』を交じえトークセッションを行いました。

焼津の未来に向けて、認知症になっても普通に地域で支え合いながら生活ができるよう、興味を持って取り組んでいる姿に心強さを感じました。

今後このような活動を通し、世代に関係なく認知症に対する理解を深めていけるとよいと思います。



【発行】

焼津市地域包括ケア推進課
各地域包括支援センター（北部・中部・南部・大井川）

第12号編集／中部