

おむすび通心

第13号
2024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。焼津市に住んでいる皆さんに、私たちの活動を知っていただきたく、「おむすび通心」を発行しています。「おむすび通心」は、「手と手をおむすぶ」という意味が込められています。

私たちは、認知症の方やその家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、様々な相談に応じています。また、地域の皆さんや医療・介護サービスなどと協力し、認知症への理解を深めていただくための企画・調整を行っています。

焼津市では、**認知症地域支援推進員**を各地域包括支援センターと焼津市役所に1名ずつ配置しています。

今回は、そのメンバーをご紹介します！



私たち認知症地域支援推進員です！

今までの活動で良かったことは？

- ・認知症カフェや本人ミーティング、居場所などの**本人同士が繋がる場が年々増えている**ことです。(北部：桶川)
- ・認知症の方から今思っている事、感じている事を**聞かせていただいた**ことです。(市：萩原)
- ・多くの当事者、ご家族、関係者の皆さまとお会いできること。また、そこからたくさんの本音をお伺いし、**生き生きと暮らしている様子を教**えてもらえることです。(大井川：五十右)

今年度から推進員としてどんな気持ちでスタートしている？

- ・地域をよくみて、地域の人たちの営みについて知って、顔と顔を合わせながら**繋がりたい！**と思っています。(南部：五十右)
- ・自分に何が出来るのか不安もありますが、メンバーと**新しいことができそうとワクワク**しています。(中部：高田)

苦悩や課題に思うことは？

- ・色々な活動を始める時より、維持・継続していく方が難しいと感じています。(北部：桶川)
- ・日々、認知症に関する相談を受けていますが、内容は予防や医療のことから運転免許更新まで多岐にわたり、毎日悩みだらけです。(笑)(大井川：五十右)



桶川 高田 五十右 萩原 五十右
(北部) (中部) (大井川) (市) (南部)

認知症の事を知りたい時、どうすればいい？

- ・地域包括支援センターや行政の窓口にご相談していただいてもよいですし、認知症カフェなど地域で活動されている方達もいます。ぜひご参加ください！(市：萩原)

おむすび通心を手にとってくれた皆さまに伝えたいことは？

- ・認知症は他人事ではなくジブンゴト。だけど、認知症とともにその人らしく生きていくためのいろいろな取り組みを焼津市でたくさん行っています。これからもおむすび通心でたくさん発信していきますので、ぜひ目を通してくださいね！『認知症それがどうした！』(大井川：五十右)

「公園の芝生で 認知症よくわかるた大会を開催！」

新緑が目には鮮やかな、すがすがしい5月26日、石津西公園にて、心のバリアフリーフェス「ももいろフェスティバル」が開催されました。公園の芝生の上で行われた「焼津発！認知症よくわかるた大会」に、多くの市民の皆さんに参加していただくことができました。

広い芝生では、体を使って絵札を探す参加者の活気ある声で、とても盛り上がりつつありました。絵札が少なくなってきたら、今度は皆で囲んで最終戦！大きな札を取れた時の達成感から、認知症について関心を持つきっかけになったのではないのでしょうか。



かるたの絵札の裏には、認知症についての説明が書かれており、絵札を取った参加者は、説明文を読み上げます。

かるたで遊びながら、認知症について学ぶ事ができます。焼津市から、全国各地で活用され始めています。

地域包括支援センターでは、より多くの市民の皆さんにかるたを手にとっていただけるよう、かるたの貸出を行っています。

ご希望の方は、各地域包括支援センターへお問い合わせください。

「出会って、つながって、ともに自分らしく 暮らせる地域を作りませんか？」

今年度、焼津市では本人ミーティング「ちよつくら話そう会」を、医師会館の通いの場にて、計4回開催予定です。その第1回目が6月28日に行われました。

最初は皆さん緊張した面持ちでしたが、少しずつ参加者同士が打ち解け合い、笑顔で会話が弾みました。皆さんの意見の中で「人恋しい。人と話したい。」「外出の時の交通手段が少ない。」「ちよつとでもいいから働きたい。」「との意見がありました。

皆さん、日々の暮らしの中で、様々な想いを感じていることが伺えました。

本人ミーティングとは？

認知症の方同士が集い、自らの体験や希望、必要としている事を語り合う場です。付き添いのご家族同士で話をする場を設けています。少しでも興味のある方は、気軽に足をお運びください。

今後の予定 8月22日(木)
10月18日(金)
12月18日(水) } 13:30~15:30

会場 焼津市医師会館内 通いの場 ※当日参加も可能です。

問い合わせ先 焼津市地域包括ケア推進課 (054-626-1219)

【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13号編集／南部

おむすび通心

第14号

2024年秋

静岡福祉大学

「もっと知ろう

もっと語ろう

認知症」展

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。

毎年9月は世界アルツハイマー月間ですが、日本では認知症基本法施行にあたり、今年から『認知症月間』の名称で統一されることとなりました。

わが街焼津でも、認知症月間に合わせ、様々な啓発のための活動が行われました。

今回のおむすび通心では、市内の図書館に設けられた認知症関連書籍コーナーの様子をお届けします。

また、高麓デイサービスでの取り組みと、長久寺で行われたオンラインDフェスの様子もご紹介しますので、ぜひ最後までご覧ください！



認知症月間にあわせ、市内の図書館では特集コーナーを設置!!



(左から)進藤さん、新井教授、地域連携推進センターの新海さん

また、図書課長の進藤さんは「当館では認知症だけでなく、幅広い年代の方々に福祉の心を養っていただけるような図書を取り揃えているので、多くの方にお越しいただきたいです。」と話してくださいました。

認知症をテーマとした図書が特設コーナーで豊富に展示されています。健康福祉学科の新井教授からは「この企画展をきっかけに、認知症のことを多くの人に知ってもらいたいです。」とのメッセージをいただきました。

【静岡福祉大学附属図書館】

一般の方ももちろんご利用いただけます!福祉について深く知ってもらえる図書等が豊富に揃っていますのでぜひご利用ください。館内にはキンダーブック(やなせたかし)コーナーや、小泉八雲コーナーも。ともに2025年度NHK朝ドラのモデルです。朝ドラ好きの方もお待ちしています★



問合せ:054-623-7452



焼津図書館



大井川図書館

焼津図書館、大井川図書館、タレントクルこども館でも、認知症月間にあわせて書籍の展示コーナーを設けてくださいました。こどもにもわかりやすいような内容の絵本や認知症当事者の書籍、『焼津市発!認知症よわかるた』が展示されていました。実際に手に取って見ている方もいて、認知症に関心をもっていただけていると感じました。認知症について多くの人に知ってもらえる機会となったのではないのでしょうか。

【高麗デイサービスでの取り組み紹介】

高麗デイサービス（坂本）の一角で、オレンジ色のフェルトを組み合わせながら裁縫をする方々がおられました。8名程でしょうか。針と糸を使いながら、細かく縫っているデイサービスの利用者さん。「裁縫は好きだよ。」「オレンジ色がかわいいね。」「もらってくれる人が喜んでくれれば、やっている方もうれしい。」「皆さんが楽しそうに、やりがいを感じながら、認知症マスコットキャラクターのロバ隊長のぬいぐるみを作ってくださいました。



大きなロバ隊長は縫う部分が多く、パーツを組み合わせながら作っていきます。利用者さん同士で「どうしたら上手くできるかね。」と縫い合わせ部分についての話し合いをしたり、縫い方を教え合ったりしながら、ロバ隊長が出来上がっていました。ロバ隊長のぬいぐるみは、認知症サポーター養成講座や認知症啓発に利用しています。皆さんのお手元にも可愛らしいロバ隊長をお届けしたいと思います。



「ロバ隊長とは」認知症サポーターキャラバンのマスコットです。認知症サポーターの「キャラバン」（隊商）の隊長として「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」への道のりの先頭を歩いています。ロバのように急がず、しかし一歩一歩着実にキャラバンが進みます。



【オレンジDJフェス 長久寺×お〜んがくる】

9月29日（日）、認知症月間に合わせ『オレンジDJフェス』が開催されました。このイベントは、地域に根ざした活動に積極的な長久寺、焼津市を盛り上げる音楽イベント『お〜んがくる』、焼津市キャラバン・メイトの共催により、幅広い年齢の方々に認知症のことを知ってもらうことを目的にしています。

会場の長久寺（田尻北）では、各種出店、音楽やダンスのステージ、認知症よくわかるた大会などが行われ、子どもから高齢の方まで幅広く、大勢の人たちでにぎわっていました。

今年のテーマは『人とつながり』。

『お〜んがくる』

の吉永百花さんは「このイベントを通じて、いろいろな世代の人がつながり、助け合い、いろいろな刺激を受けてもらえたらうれしいです。」と話してくださいました。



（左から）お〜んがくるの吉永さん、チームオレンジコーディネーターの望月さん、長久寺の武藤住職



【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14号編集／大井川

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。寒の入りも過ぎ、いよいよ寒さも本番を迎えました。いかがお過ごしでしょうか。

今年も認知症の方だけでなく、誰もが暮らしやすい街を目指し、市民の皆さんと良いご縁でつながり合いながら、「認知症になっ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ていきたいと思っています。

さて、今回は昨年11月に行われた認知症市民啓発上映会「オレンジ・ランプ」の上映会の様子と、12月に行われた「焼津発！認知症よくわかるた」を活用した取り組みや本人ミーティングをご紹介しますので、ぜひ最後までご覧ください！



『オレンジ・ランフ』の上映会

令和6年度 焼津市認知症市民啓発上映会

映画 **オレンジ・ランプ** **無料 事前申込制**

もしも、大切な大切な人が人間国宝になったら…
 39歳で亡くなった祖母の遺品を整理する中、父の野間重文さんの、素直さにも驚かされた物語。
 “もし”でも心からやれる、思ひ込の準備を進めることが出来る場面があるので、ぜひご参加ください。

開催日 令和6年 **11月30日(土)**
 午前の部 10:00～11:45(受付9:30～)
 午後の部 13:30～15:15(受付13:00～)

会場 焼津市総合社会福祉センター「ウェルシアやい」
 (焼津大町大字3丁目2-2)

定員 午前の部、午後の部 各**120名**(申込順先着)

よく頂く質問♪

- ・認知症VR体験 ①12:00～13:30 ②15:40～16:30
- ・地域包括支援センターによる介護相談 ①12:00～13:30 ②15:40～16:30
- ・認知症の人・支援者の振り返りトーク 15:20～15:40

申込み方法

11月22日(金)までに申し込み締め切りによりお申し込みください。

①電話:054-255-4259
 ②申込みフォーム
[申込みフォーム](#)

主 催：焼津市（地域包括ケア推進課）
 TEL:054-250-1219
 協賛：南伊豆観光地協議会 地域福祉推進事業部
 TEL:0567-9871 郵便局東伊豆支店 JACDEC 伊豆

オレンジ・ランプ
〜もしも大切な大切な人が人間国宝になったら〜
 主演 山崎育三郎 監督 小島秀雄
 100%、ハッピー観劇紹介！
 とびきり、面白い！

最新作映画上映会「17エッセンス」展 展示中
 伊豆半島の歴史と文化を学ぶ絶好の機会！ 伊豆半島博物館 常設展示室

11月30日（土）ウェルシップで映画『オレンジ・ランプ』の上映会が行われました。また、会場では認知症の方の視界を体験できるVR体験や、地域包括支援センターによる介護相談などもあわせて行われました。

『オレンジ・ランプ』は、認知症当事者丹野智文さんの実話をもとに制作された映画です。認知症と診断されてからの生活について描かれています。丹野さんの揺れ動く気持ち、映画から伝わってきました。多くの方に観ていただき、認知症は他人事ではないことについて理解を深めていただけたと思います。

午後は、トークセッションも行い、認知症当事者の内山さんにご登壇いただきました。他人事ではなく自分事として考えるきっかけになりました。



▲認知症の視界をVRで体験

左から：松田さん(市地域包括ケア推進課)、
内山さん、五十右さん(南部地域
包括支援センター)▼

【内山さんから皆さんに今、
伝えたいこと】

- ① 認知症は特別なことではありません。
- ② 不安があったら、脳神経のチェックをし
てください。
- ③ 近くに認知症の人がいたら、見守りをし
てください。話しかけられたら、無視をせ
ず聞いてあげてください。

皆さんの周りにも、このような対応を待っている方がいるかもしれません。

活用されています！焼津発！認知症よくわかるた



藤枝市の蓮華寺池公園



12月15日（日）藤枝市の蓮華寺池公園にて「あったかマルシェ」が開催されました。風が強い日でしたが、A4サイズのかるたを砂の中に埋めてかるた大会を行いました。参加者の小学生は「このかるたを知っているよ。かるた大会に参加するの2回目だよ。」と教えてくれて、楽しく認知症のことを学べる機会を今後も増やしていきたいと思いをしました。

【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。

市内の北道原公園



12月8日（日）、市内の北道原公園にて「みんなで楽しむホットフェス」が開催されました。「認知症よくわかるた」をA4サイズのかるたにし、公園の広場でかるた大会が行われました。地域の小学生や中学生が参加してくれました。一番多くの絵札を取った中学生からは「かるた大会が楽しかった。認知症について楽しく学べた。」とのとても嬉しいお言葉をいただきました。

【『焼津市医師会館内 通いの場』で本人ミーティングを開催しました！】



12月18日（水）、焼津市医師会館の通いの場にて、今年度4回目の本人ミーティングを行いました。今回は、本人ミーティングの中でお話しされていた言葉を紹介します。

●大事なことは紙に書いて渡してお願いしている。近所の人に、自分が認知症であることを言っている。認知症は恥ずかしいことじゃない。皆、わかって付き合ってくれる。

自分と言うことが必要だと思っている。ラジオ体操にも参加しているが、近所の人はずきあってくれるし、周りの人が上手にやってくれる。うっかり忘れても怒られることはない。だから、必要な人、親しい人には言った方が楽だと思う。

●付き合ってた友達に（認知症と）言った方がいいのかな。迷いもあった。

●今日も家に帰れば、参加してた人を忘れる。なるだけ、皆と話して、笑って過ごすことが優先。

●考え方が皆違うということを話し合う方がいい。相手の意見を簡単に否定しないで、色々な考えがある。

参加者の中には、認知症であることを周囲に打ち明けて、自分が大変な時は周囲に頼ることで、暮らしを工夫されている方や自分自身の症状に向き合っている方がいました。

【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15号編集／北部

おむすび通心

第16号
2025年
春

皆さん、こんにちは。

私たちは焼津市認知症地域支援推進員です。
菜の花や桜が咲き、至る所で春を感じるようになりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

令和6年1月に認知症基本法が施行されてから、1年以上がたちました。認知症の人やその家族が暮らしやすい街を作っていくための「**新しい認知症観**」が広がっていくように、引き続き活動していきたいと思います。

※「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人ひとりが個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という考え方。



ちょっくら話そう会

令和7年3月
回想法を用いたレクリエーション



△ ボランティアの皆さん、使用した道具の写真

焼津市では、認知症の当事者同士が集まって語り合う、「ちょっくら話そう会（本人ミーティング）」が開催されています。令和7年1月から3月までは焼津市立総合病院（認知症疾患医療センター）の主催で行われました。藤枝市郷土博物館のボランティアさん3名のご協力のもと、**回想法**を使ったレクリエーションを行い、参加者からは「次も参加したい」との声をいただき大好評でした。

※昔懐かしい道具や写真を見たり、思い出を語り合うことで、脳を活性化させる手法。記憶が呼び覚まされ気持ち安定したり、コミュニケーションが広がるきっかけにもなります。

ちょっくら話そう会の開催予定 （令和7年5月～10月まで）

日程：5/19, 6/16, 7/28, 9/22, 10/20
（いずれも月曜日、8月は休み）

※回想法は5月と10月に実施します。

時間：いずれも13:30～15:00

場所：焼津市立総合病院

問合せ先：焼津市地域包括ケア推進課

054-626-1219

🌸 回想法の後は、認知症の本人・家族同士がグループで話し合いました。

🌸 穏やかな雰囲気の中、互いに自分の話や、やりたいことを話し、盛り上がりました。

今後とも来てよかったと思っていただけるように企画していきます。是非、ご参加ください。

チームオレンジコーディネート ネーターの紹介

焼津市には、認知症の人や家族を支えるチームオレンジが15チームあります。その立ち上げや活動をサポートするのがチームオレンジコーディネーターです。
ここで新しいチームオレンジコーディネーターの坂本彩加さんをご紹介します。



「令和6年度からチームオレンジコーディネーターとなりました。認知症の方やご家族の方の声を大事にしながら、地域の方に認知症に対する理解が広がり、『認知症になっても安心して暮らせる街♡焼津市』を少しでも実感して頂けるような地域のチーム作りをしていきたいと思っています。今後ともよろしく願っています。」

ディー Dカフェを 開催しました

スターバックスコーヒー八幡店に続き、スターバックスコーヒー祇宜島店で「Dカフェ※」が開催されました。
祇宜島店の皆さん、いろいろご配慮頂きありがとうございます。
※認知症の人やご家族、支援者、地域住民が気軽に集い、交流、情報交換する場所です。



【参加いただいた本人の声】

- ・医師からの助言で運動することや脳を使うこと、近所や周りの人とのコミュニケーションをとることが大事だと聞き、人の接点を大事にしたい。
- ・忘れっぽくはなっていて、今日の事も家に帰ればわからなくなってしまうだろうが、自分は自分なりに努力をしている。
- ・認知症になって、今まで経験したことがないような事も経験できている。今後何ができるかわからないが、普通に過ごしていければ良いと思っている。

・このような会があり、知らない人だから話せる事もある。家族だから言えないこともある。家族が聞いたら気を悪くする事も、この中では話せる。

【認知症地域支援推進員 五十右さんの声】

スターバックスさんでの開催は、参加された方にとって初めての経験で、とても刺激になったと思います。私自身も、スターバックスさんと一緒にコミュニティを作ることができ、推進員の活動の中で新しい一歩を踏み出せた日となりました。
今後は継続していくこと、地域に広く周知していくるように活動が続けたいと思っています。

【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16号編集／中部