



カフェ・オレンジ通信

認知症支援・介護予防センター

〒802-8560 小倉北区馬場一丁目7番1号
総合保健福祉センター（アシスト21）5F
TEL.093-522-8765 FAX093-522-8773

第2号

平成28年5月15日

発行：認知症・草の根ネットワーク

5月7日に「カフェ・オレンジ」オープンしました！

オープニング3日間で354名来場！

5月7日（土）8日（日曜）9日（月曜）の3日間、「カフェ・オレンジ」のオープニングイベントを行いました。来場の方々には、タッチパネル（認知症相談プログラム）、体力測定、栄養や介護食について学び、相談する栄養ラボコーナーを体験頂き、ピアノ演奏とトーク、60年代のポップス演奏、トークショーを楽しんで頂きました。期間中、354名の来場がありました。

カフェの役割が見えてきた！

認知症の人だけの場所ではありません。

どなたでも、お越しください！

様々な年代の方に、そして団体様だけでなく個人の方にどんどんお越し頂きたいです。高齢化と長寿社会の中で、認知症はとも身近な病気になりました。誰もがやがては辿る道です。親・兄弟・家族・友人、大切な人たちの「もしも」のときのために、認知症支援の入り口として「カフェ・オレンジ」のことを知ってほしいのです。施設見学は随時受け付けていますので、お気軽にご連絡ください。

介護家族の皆さん、ご本人にお茶を楽しんでもらっている間、どうぞ多目的室でゴロゴロしたりしてリフレッシュしてください。「また、明日から元気で向き合えるように」私たちができる、ささやかな支援です。

いろいろな人が行き交う中で出てきた大切なお話は、しつかり専門機関につなげます。

4月に行った一期のカフェマスター養成研修の修了生が、いよいよデビューです。おおよそ90名の受講生のうち、50名が「カフェ・オレンジ」のマスターとして関わって下さることになりました。お揃いのエプロンもできました。皆様のお越しをお待ちしています。



認知症予防に効果！コグニサイス体験中！



カフェマスターのエプロンができました。



熊本現場発！災害支援の話を伺いました。



栄養ラボコーナーでは、栄養士さんが御用。



研修受講生が思いを語るグループワーク



美味しいコーヒーの入れ方も学びました。



カフェ・オレンジのマークが入った紙コップ



60年代のサウンドで歌ったり踊ったり！



体力測定のメニューも豊富です

5月15日(日) 認知症支援介護研究・研修東京センター 永田久美子研究部長にお越し頂きました。



午前中に行われた、「NPO老いを支える北九州家族の会」の学習会では、まず参加者がそれぞれの介護状況を報告し、その内容を踏まえて認知症高齢者と家族が、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けるために、さまざまな視点で本人を知る手法として、大切にしていること、わかってほしいことを伝える手法を学びました。

午後からは「認知症になったの生き方・支えあひ方」という演題で、認知症支援・介護予防センターオープニング記念講演会の講師をお勤め頂きました。高田代表理事が「認知症の人の心をよく知って、理解し、支援し、つながることが大事。お話を伺って私たちが頑張ればもっといい北九州市になると確信しました」と謝辞を述べました。

参加申し込み受付中です！
第一期を受講された方、地域や事業所でカフェをやってみたい方、認知症の学習をしたい方、歓迎します。

カフェマスター研修会(第2期)

- ① 6月11日(土) 13時~16時
「認知症を学びましょう！」
前半 どんな病気なのか？ (75分)
(カフェ休憩) 30分
後半 認知症と介護予防 (75分)
6月13日(月) 18時~20時
「かかりつけ薬剤師」
前半 かかりつけ薬剤師を知っていますか？ (45分)
(カフェ休憩) 30分
後半 薬局とかかりつけ薬剤師をうまく使ってください (45分)
- ③ 6月16日(木) 13時30分~16時
「認知症カフェの意味と意義」
前半 講演 (60分)
(カフェ休憩) 30分
EG体操 20分
- ④ 後半 市×草の根 対談 (40分)
6月22日(水) 15時~17時
「お口から始まる大切なこと」
前半 歯科の視点から (60分)
(カフェ休憩) 10分
後半 栄養の視点から (30分)
- ⑤ 6月24日(金) 13時30分~16時
「レクにも使える運動を学びましょう！」
前半 五感の刺激で脳活性化！ (60分)
(カフェ休憩) 30分
後半 ロコモを理解し予防しよう！ (90分)

連絡先 090-129689463 (中村)
090-71591133 (田代)

開話 休題

永田久美子先生とお話して、「この方はなんて聞き上手なんだろう」と思った。相手の目を見て最後まできちんと話を聴き、優しく相槌を打つ。日々、多くの方に出会うであろう永田先生はその繰り返しで、もともとたくさんお持ちの「お話の引き出し」をさらに深く充実させておいでだ。

最近、「本当の介護家族」になった。認知症支援の活動を始めたのは、神奈川に残してきた母のレビー小体型認知症発症がきっかけだったが、私はショックを受けただけで、実際の介護は義妹が頑張ってくれていた。最近義母と叔母が認知症になった。年齢を考えれば「さもあらなん」だが私にはまだ「覚悟」がなかった。二人の話は常に「最初から」で積み上げがない。説得の末、ようやく通うようになったデイサービスは、行けば満面の笑みで帰ってくるが、翌朝はまた「行かないから」の説得から始まる。まったくもう！

カリカリするときは、笑顔の永田先生を思い出そう。ご紹介頂いた本の扉にミヒヤエル・エンデの童話「モモ」の一節が掲げられている。「小さなモモにできたこと、それはほかでもありません。相手の話を聞くことでした。」(ま)



「認知症の人たちの小さくて大きなひと言 私の声が見えますか？」 監修 永田久美子
発行：(株) harunosora
定価 1,700円