

特集

認知症カフェで 仲間と笑い合える日常を



認知症カフェは、認知症の人やその家族、地域の方、専門職などが集まり、緩やかにつながりながら、それぞれのペースで楽しく過ごせる場所です。

おしゃべりや心配事の相談ができる、認知症カフェの様子を紹介します。

〔詳細〕 介護保険課 ☎ 381-1067

こんな不安はありませんか？

- ・ 認知症になってから、外に出る機会が減り、人と話すことが少なくなっている
- ・ 周囲に迷惑をかけてしまうのではないかと感じ、外出や人と関わることに不安がある
- ・ 家族の物忘れが気になるが、どこに相談すればよいか分からない
- ・ 認知症の家族との関わり方に悩みがあり、誰かに話を聞いてほしい



その不安、認知症カフェで 軽くなるかもしれません

認知症カフェは、自分と同じ悩みを抱えた人と情報交換ができます。

認知症の人だけでなく、家族や地域の方など、どなたでも参加できます。一人で参加している方もいます。初めての方でも安心して利用できます。

認知症カフェはこんなところ



認知症の人



活動への参加や人との関わり方に不安があっても、安心して参加できる場所です。



家族



普段は見せない本人の新たな一面に気づくことがあります。



地域の人



身近な人との関わり方を考える機会になります。



同じ立場だからこそ感じる戸惑いや思いを共有でき、気持ち楽になることがあります



同じ立場の家族と悩みを共有したり、介護職などの専門職に相談したりできます。



交流を通じて、認知症についての理解を深めるきっかけになります。



ふらっと参加できます

予約不要で参加できます

事前の予約は必要ありません。気が向いたときに立ち寄ることができます。

都合に合わせて参加できます

開催中は出入り自由です。途中からの参加や、途中での退出もできます。

市内の認知症カフェは、右の表または二次元コードから確認できます。



市内の認知症カフェ

※開催日などが変更になる場合があります

カフェの名称	開催場所	開催日	問い合わせ先
オレンジカフェ るんるん	グループホームゆうあい (豊幌美咲町 23-14)	毎月第1金曜日 14:00 ~ 15:30	グループホームゆうあい ☎ 383-3378
オレンジカフェ 大きな木	市民交流施設「ふらっと」 (東野幌本町 6-43)	毎月第3月曜日 14:00 ~ 16:00	おおき ゆみこさん 大木 由美子さん ☎ 090-3393-0648
認知症カフェ ふわふわ茶房	老健のっぽろ (東野幌 396-32)	奇数月第3土曜日 13:30 ~ 15:00	老健のっぽろ ☎ 381-1133
認知症カフェ ふくろうカフェ	地域自立活動センター笑美つむぎ (ゆめみ野東町 1-5)	毎月第4水曜日 13:30 ~ 15:00	社会福祉法人 北叡会 ☎ 391-2100
認知症カフェ ブルーグリーン Blue Green	早苗自治会集会所 (上江別東町 15-3)	毎月第3木曜日 13:00 ~ 16:00	かみかわ みやこ 上川 美也子さん ☎ 090-6699-9648

認知症カフェ ブルーグリーン BlueGreen

よこやまやよい
認知症当事者で、ほっかいどう希望大使の横山弥生さんが常駐し、ギター演奏に合わせて一緒に歌を歌ったり、お茶を飲んだりして交流しています。



月に一度の楽しみ

みんなと話せるのがとても楽しくて、毎月カフェに来ています。

歌ったり、おしゃべりしたりするほか、趣味のカメラでカフェの様子を撮影しています。



認知症当事者
あべ 阿部さん

相談できる場所がある安心

普段の会話の中で、気になっていることや悩みを相談できます。

専門職の人がいつもいるので、友人には相談しにくいことも気軽に聞くことができます。



阿部さんの家族



認知症当事者 阿部さん撮影

オレンジカフェ 大きな木

ゲームや絵手紙、モルックのほか、音楽に合わせて体を動かすダンスフィットネスのズンバなど、参加者同士で交流しながら活動しています。



認知症について考えるきっかけに

初めはどんな場所なのか分かりませんでしたが、参加してみると、認知症のある方も地域の方も一緒に活動しながら過ごす場だと分かりました。認知症をより身近に感じるきっかけになりました。



地域の参加者
あぐろ 大熊さん 赤泊さん