



小規模多機能型居宅介護 ふれあいホーム真愛
管理者 中島 正行 さん

小規模多機能型居宅介護は「通い」「訪問」「宿泊」のサービスを、同じ場所・同じ職員が

提供することで、利用者の皆さんが馴染みやすく、職員間でも連携が取りやすいのが特長の介護保険サービスです。

当事業所では、一定の支援があれば自宅で生活できる人を対象に、レクリエーションで楽しんでいたり、時には庭の手入れや配膳などで、持っている能力を発揮してもらい「今日も楽しかった

わ」という満足感を持っていただけるよう、支援することを心掛けています。また、利用者本人の力を引き出したり見いだしたりして、家族に伝えることも私たちの役割だと思っています。

世間では、認知症＝大変というイメージがまだ大きいように感じますが、認知症もひとつの病気です、正しい知識があれば怖くありません。正しい知識を持って、何をやるわけでもなく、そっと見守ってくれる人が増えれば、住み慣れた地域で、本人が望まれる生活をできるだけ長く続けられるようになるのではないかと思います。

message 2



認知症カフェの参加者でトランプ

認知症は少しずつ進行していくため、その経過に沿ったさまざまなサポート体制があります。本人の意思を尊重し、寄り添ってくれる場所、本人や家族が集まって思いや悩みを共有し交流できる場所、そして、サポートしてくれる人たちがいます。日々、認知症と向き合い、寄り添っている人たちに話を伺いました。

ひとり
じゃない

message 1

おはようカフェ 唐桑 佐和子 さん
認知症介護指導者

認知症カフェは、認知症と気付いた時から徐々に進行していくまでの経過や地域の中で暮らしていくにはどうしたらいいかを知ってもらう場所です。本人や家族が集まって、悩みや思い、学びを共有することはもちろん、ボランティアや将来の自分自身、家族のために地域の人参加されています。

認知症や介護について困っていることは本人や家族ごとに全然違います。その中で最も大切なのは「本人の声を聴く」ということ。本人や家族がどうしたいのか？どう思っているのか？を聴き、最適なサービスや支援に結び付けることも私たちの重要な役目だと思っています。

テレビなどでも認知症を予防する食事や脳トレなどが話題になりますが、最も効果的なのは「会

話すること」だと私は考えています。認知症カフェは本人や家族が思いを話せる場所です。声に出すことであなたの悩みを少しでも解消できれば、あなたや家族の笑顔につながり、ひいては楽しい地域になると思っています。まずは「とりあえず」来てみてください。

message 3

舞鶴赤十字病院 にじカフェ
作業療法士 高岡 祥子 さん



地域の中核病院で行っている認知症カフェとして、早期に認知症と診断された人や症状はあるけど病院に行っていない人、認知症で引きこもりがちになり外出の機会が少なくなった人などが気軽に立ち寄れて、早い段階で専門職や地域の支援者などにつなげられる場を提供しています。

認知症の人は、できなくなったことに対する不安やいらだちを抱えている人が多いです。また、本人と関わっていると昔の面影が見えてくるので、その人の人となりや理解して、できないことよりもできることに目を向け、その人に合った対応を常に考えています。

家族の人たちには、生活の中での困りごとを聞いてアドバイスなどもしています。他の家族の接し方を客観的に見ることができ、自身の接し方を見つめ直すきっかけとなる人もおられます。認知症という病気になったことは不運なこととしても不幸ではないと思っています。認知症の人が力を発揮でき、活動できる場がまだまだあるのではないかと感じています。本人も介護者も心穏やかでいられるよう、息抜きができるカフェを心掛けていきたいと思っています。

認知症カフェは、本人やその家族、地域の人、認知症に関心がある人がお茶や会話を楽しみながら集う場所です。市内にある認知症カフェは右表のとおり。それぞれの開催日など、詳しくは、高齢者支援課 ☎66・1018) へ。毎月の日程を掲載したカフェ通信も発行しています(右コードからアクセス可)。



認知症カフェ	場所
i(あい)カフェ虹色	東舞鶴医誠会病院(大波下765-16)
おはようカフェ	七日市公会堂(七日市229-2)
青春Cafe照(てらす)	デイ・ホーム和夢(下福井928-3)
カフェみんなの家	みんなの家(行永1792)
かふえより道	引土の家(引土182-1)
にじカフェ	レストラン・ラベンダー(舞鶴赤十字病院内)



おはようカフェに参加されている木下さんは、昔、大工をしていた経験を生かして、参加者の包丁研ぎをされています。週に1回のカフェの時間は気晴らしになるのだそう。包丁を研いでいる時の顔つきは職人そのもの。「研ぎ終わって『ありがとう』と言われたらうれしい」とこぼれる笑顔が素敵です。一緒に参加されている奥さんも「人の役に立てるのは本人にとってもありがたいと思います」と話してくれました。



唐桑さん(左)と木下さん(右)