

9月は世界アルツハイマー月間

毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」、9月は「世界アルツハイマー月間」と定められています。皆さんも一緒に認知症について考えてみませんか。

《高齢者支援課》

誰もがなり得る認知症

令和7年には65歳以上の約5人に1人が発症するといわれている認知症。今や、認知症は誰もがなり得るものです。

令和5年6月14日、国会で「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が成立しました。この法律では、認知症がある人も尊厳が守られ、社会の一員として自分らしく生きるための支援などについて定められています。

本市でも、認知症になっても自分らしく笑顔で暮らせる地域づくりを、市民の皆さんと共に進められるようにさまざまな施策に取り組んでいます。今回は、その中から認知症カフェについて紹介します。

認知症を通じて集う場

認知症カフェは、認知症の診断を受けた人や物忘れが気になる人、家族、専門職、地域住民など誰もが集える場所です。カフェでは、コーヒーやお茶を飲みながら「やってみよう」と「や」困っていること」などいろいろな話をするのができます。また、生け花や楽器演奏、手芸など認知症のある人・ない人関係なく、自分の得意なことや持っている力を披露することもできます。ぜひ気軽に参加してください。

市内にある認知症カフェは下表のとおり。毎月の日程を掲載した「認知症カフェつうしん」も発行しています。利用料金など、詳しくは市ホームページで確認できます。下記からアクセス可。

◆認知症カフェ一覧

認知症カフェ	場所	電話番号	実施日
i(あい)カフェ虹色	東舞鶴医誠会病院(大波下765-16)	☎ 62・3606	
おはようカフェ	七日市公会堂(七日市229-2)	☎ 090・3719・9851	毎週木曜日
青春Cafe照(てらす)	デイ・ホーム和夢(下福井928-3)	☎ 78・1311	
カフェみんなの家	みんなの家(行永1792)	☎ 64・4562	毎週金曜日
かふえより道	引土の家(引土182-1)	☎ 77・5963	毎月第2木曜日
にじカフェ	舞鶴赤十字病院内(倉谷427)	☎ 75・4176	毎月第3木曜日



利用者のハーモニカの演奏

認知症カフェの管理者、利用者インタビュー

笑顔で過ごせる場所

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるように、集まった人たちがお茶会や談笑などができ、気軽に集まれる場所としてカフェの運営をしています。ここでは、認知症初期と診断された人だけでなく、一人暮らしや日常生活の悩みを抱えている人など、さまざまな人が集い、他の利用者に悩みを打ち明けたり、励まし合ったりされています。

認知症になると、約束を忘れるなどささいなことから周りの人とのコミュニケーションがうまくとれなくなり、疎遠になってしまう人が多いですが、ここを利用される人は笑顔で交流を楽しんでおられるように思います。この雰囲気大切にこれからも、気軽に「友達に会いに行こう」と思える地域のコミュニティの場を作っていきたいと思っています。



カフェみんなの家 管理者
足立 滉平さん

毎回参加するのが楽しい

2019年に開設されて以降、よく利用させてもらっています。きっかけは、夫が亡くなり一人暮らしとなったとき、いろんな人と触れ合うことができる地域包括支援センターの人に勧められたことです。私は話を聞くのが好きなので、ここでは年上の利用者から私の知らない体験談やためになる話を聞かせてもらっています。他にも、カラオケで歌ったり、他の利用者の楽器の演奏を聴かせていただいたりできて、毎回参加するのが楽しみです。この場所を大切にしたいので、みんなが気持ち良く過ごせるように、カフェの敷地内の草引きやトイレ掃除などの手伝いを行っています。まだ利用していない人は、ぜひ一度足を運んでほしいです。



カフェみんなの家 利用者
下森 恭子さん

認知症に関するその他の取り組み

認知症カフェ以外にもさまざまな事業を行っています。ぜひご参加ください。

◆認知症介護家族のつどい
【日時】9月12日(火)13時30分～15時

【場所】東図書館

【内容】参加者同士の交流など

【対象】認知症の人を介護している家族

◆オレンジデイズ
【日時】9月21日(休)10時～15時

【場所】七日市公会堂

【内容】西舞鶴地域の認知症カフェが合同でカフェを開催。通常の認知症カフェに加え、歯科

医師による講話なども実施

◆認知症予防講座
【日時】9月22日(金)13時30分～15時

【場所】中総合会館

【内容】医師による基礎的な認知症への理解や病院にかかるタイミング、治療方法などについての講話

◆脳を鍛えるわいわい活動
【日時】10月から開催

【内容】パソコンやスマホアプリ「LINE」を使い、仲間同士で交流をしながら認知機能を鍛える

《共通》【問い合わせ先】高齢者支援課(☎66・1018)

世界アルツハイマー月間 特別映画上映会



「ほけますから、よろしくお願ひします。～おかえりお母さん～」
母が認知症になっても、父は変わらぬ愛を注ぐ。結婚生活60年を過ぎた90代夫婦の生きる道。

【日時】9月24日(日)14時～16時

【場所】総合文化会館

【問い合わせ先】高齢者支援課

