

Vol.16 地域で見守る認知症 交流の場・認知症カフェを開設

認知症は誰もがなりえる病気です。しかし、認知症の人への理解はなかなか進んでいないのが現状です。外出や人との交流を抑えがちな認知症の人たちにとって、出会いがあり、ふれあいがある交流拠点は大切な居場所です。そんな拠点を民間で開設し、地域の人たちとの交流の場として提供している認知症カフェがあります。「おいしいコーヒーを飲みに来てくれるだけでいい」というカフェは笑顔があふれています。

企画制作/下野新聞社 営業局

下野新聞

認知症カフェ

プロジェクト2022



山あい、笑顔咲く交流拠点

開催日時 第1・3水曜日 11:00~14:30頃

開催場所 埼玉県飯能市吾野493-1

参加費 カフェ代金

お問合せ 042-975-3011(飯能市地域包括支援センターはちまん町)



ひだまりカフェ ロックガーデン

埼玉県飯能市の北西端に位置する吾野地区。山あいにある喫茶店「ロックガーデンカフェ」に昨年12月7日、地域のお年寄りが次々に姿を見せました。この日は、1年最後となる認知症カフェの日。毎年恒例のクリスマスイベントが開かれ、サンタ帽をかぶったお年寄りたちが、スタッフとクリスマスソングを歌ったり談笑したりして楽しいひとときを過ごしました。

喫茶店を利用した認知症カフェが始まったのは、8年前。同地域包括支援センターはちまん町の受託法人、株式会社ウエルベンファーマの高橋正代さんが、介護支援の一環で地区を訪れた際、食事や休憩場所として店をよく利用していた。店主の小瀬哲子さ



地域の方々が集まり、食事を楽しむ



サンタ帽をかぶって写真撮影

を飲みに来てくれるだけでいい」と高橋さん。当初、利用者は山道を歩いて来ていましたが、今はカフェのスタッフが送迎し、より気軽に足を運べるようになりました。

認知症カフェの日は売り上げも上々で、喫茶店と認知症カフェの運営は「Win-Win」のうれしい効果も。高橋さんはカフェの運営について、秘訣をこう語ります。「始める時は旗振り役が必要だけど、後はやる気。無理せず、楽しんでやる

ことが大事です」

みんなで作る地域の居場所

開催日時 毎月第2・第4木曜日 10:00~11:30

開催場所 まちなか交流センターくるる 工作室 那須塩原市本町6-32

参加費 100円(お茶代)

お問合せ 0287-63-3868(那須塩原市社会福祉協議会黒磯支所)



笑温カフェ in くるる

JR黒磯駅から歩いて2分の所にある那須塩原市民の交流センター「くるる」を訪ねると、コーヒーのいい香りとともににぎやかな笑い声が聞こえてきました。

「ここは誰もがつながり、出会える場所。コーヒーだけでなく飲んでいってね」と笑顔で迎えてくれたのは、店主のリエママこと鈴木理恵子さんと大野厚子さん(アッコママ)。そこは、自由度が高く気軽に参加できると評判の認知症カフェ。一昨年の6月、保健師だったリエママが「認知症の人だけではなく地域の人みんなが楽しめる居場所を作りたい」と友人のアッコママを誘って「笑温カフェ」を立ち上げました。

毎月2回、工作室を手作りのテーブルクロスや持ち寄った花で飾り付け、おいしいコーヒーを用意して約20人の参加者を迎えます。体操教室やミニコンサート、お散歩、ミニ講話、果物狩りなど、季節に応じてみんながやりたいことを楽しむのが笑温カフェのスタイル。この日は、高齢者向けの弁当宅配事業を展開するワタミの協力により弁当の試食会が行われていました。テーブルを囲むと、初



リエママの話を聞く参加者



ワタミの商品を試食する参加者

下野新聞
認知症カフェプロジェクト
過去の特集はこちら！



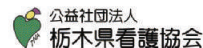
苺 とちあいか (約280g×2パック) 50名様にプレゼント!

▼応募方法 はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、紙面の感想などを添えて320-8686下野新聞社営業局「とちあいか」係まで応募してください。1月28日消印まで有効。商品の発送をもって発表とします。応募いただきました個人情報は、商品発送・意見分析・下野新聞社主催および後援事業のご案内に使用させていただく場合があります。[下野新聞社営業局]

私たちは「下野新聞認知症カフェプロジェクト」を応援しています。



企画協力



応援医療機関
応援介護老人福祉施設

宇都宮駅前比企クリニック 宇都宮第一病院 宇都宮リハビリテーション病院 皆藤病院 見龍堂医療福祉総合クリニック 見龍堂クリニックかわせみ 済生会宇都宮病院 長島医院 那須赤十字病院 那須南病院 沼尾病院 橋本腎内科クリニック 村井クリニック 竹村内科腎クリニック 御殿山クリニック 真岡中央クリニック 緑の郷々々木クリニック 宇都宮協立診療所 赤羽医院 デイホーム風のさんぽ道 今市Lケアセンター 見龍堂メディケアユニッツ グループホームかわせみ ※順不同(医療機関、介護老人福祉施設の順)

ついでに! 気軽に! ちょっとずつ! **フレイル予防**

「フレイル」をご存知ですか? 「フレイル」とは、加齢とともに心身のはたらき、社会的つながりが弱くなった状態を指します。

フレイルの予防は日々の習慣と結びついています。早い時期から適切な取り組みを行うことで、フレイルを予防することができます。やりたいことや好きなことを楽しく続けていくために、フレイル予防の3つのポイントである「**栄養、運動、社会参加**」を毎日の生活に取り入れ、今からできることを少しずつ無理なく始めませんか?

栃木県保健福祉部高齢対策課 TEL028-623-3148

健康長寿とちぎWEBで、フレイル予防の取り組みを詳しく紹介しています

健康長寿とちぎ フレイル予防 [検索](#)

利用無料 **地域協働コミュニティスペース** **welcia**

ウエルカフェ®

『ウエルカフェ®』は、ウエルシア店内にあるフリースペースです。栃木県内には、右記**18店舗**ございます。ボランティアやサークル活動のほか、打合せの場としてもご利用いただけます。ご利用は「**無料**」ですので、気軽に店舗従業員までご相談ください。

2022年12月末現在

那須塩原黒磯幸町店 那須塩原黒磯店

日光今市2号店 宇都宮駒生店 宇都宮鶴田町店 鹿沼蓬菜店 宇都宮西川田店 定利小俣店 定利五十部店 佐野富岡店

アクロスプラザ大田原店 さくら喜連川店 宇都宮戸祭元町店 宇都宮五代店 上三川しらさぎ店 真岡大谷新町店 真岡高岡木店 小山神鳥谷店

認知症カフェ 健康サロン メイク講座 打ち合わせ 子育て相談

ご利用料金 無料(営利・宗教・政治活動等を目的とする団体、及び法人のご利用はできません)
ご利用時間 10:00~18:00(原則、左記時間帯の中で最長2時間ですが、それ以外の場合も気軽に相談ください)
ご利用のお申込み <https://www.welcia-yakkyoku.co.jp/welcafe> まで

Welcafe