



認知症介護家族教室のご報告、認知症カフェと本の紹介、サポーター養成講座、キャリア教室や地域の取り組みをご紹介します。

発行：北九州市認知症支援・介護予防センター
北九州市小倉北区馬借一丁目7番1号

☎ 093-522-8765

ホームページ

<https://www.city.kitakyushu.lg.jp/page/ninkai-center/>

認知症地域支援推進員

中村真理子 松岡由佳 岸森章子



『令和4年度認知症介護家族教室』を開催しました

認知症の方を介護されているご家族を対象として、今年度も令和4年11月3日（文化の日）を皮切りに、約2ヶ月間で全5回の教室を開催しました。

認知症に関して様々な専門職による講話で学んでいただくとともに、同じ立場の介護家族同士での交流を通して、力や励み、気づきを得て、認知症のご本人への介護へ活かしていただきたいと開催している教室です。

ここ数年は特に“気持ちが楽になる”をサブタイトルに、ご家族同士で体験や悩み、思いの共有、共感ができ、少しでも精神的な負担の軽減につながればと、参加者同士の交流に重きをおいて開催してきました。

今年度ご参加の皆様も、お互いの話や思いを親身に傾聴、共感、勇気づけ合い、回を重ねる毎に交流が深まっていった印象です。関わらせていただいたスタッフも、悩みながらもご本人のことを懸命に考え思っておられる皆様から、たくさんのことを学ばせていただきました。



第1回「認知症の基礎知識と
さまざまな治療方法」
たつのおとしごクリニック 院長
認知症サポート医 小野 隆生氏



第2回「認知症の人の健康管理」
産業医科大学病院 認知症センター
認知症看護認定看護師 守田 幸代氏



第3回「認知症の人の
生活をしやすいにするコツ」
介護老人保健施設 あやめの里
作業療法士 都甲 幹太氏



第4回「介護者のケア」
小倉蒲生病院
公認心理師・臨床心理士 大森 明香氏



第5回「認知症の人と家族を支える
しくみやサービス」
あおのはデイサービス 代表
認知症介護指導者 城田 浩太郎氏

【認知症カフェ訪問記】

『オレンジカフェ ひだまり』

開催地：小倉南区長行西
レンタルスペース カフェ「BUNKO」
開催頻度：第1月曜日
10:00~12:00
利用料金：300円
問合せ：093-451-1695(担当：小木野氏)

「オレンジカフェひだまり」では、コロナ禍での開催について参加者の皆さんにアンケートを行い、回数が減っても継続してほしいとのご要望から、新型コロナの感染状況を考慮しつつ、月1回開催に変更し再開しました。

訪問した日はクリスマス前で、リース作りを体験したほか、クリスマスにまつわる話や、運営ボランティアさんによるオカリナ演奏を楽しみました。

毎月趣向を凝らした内容に常連さんの参加が多く、当日も賑やかに過ごされていました。


運営ボランティア(カフェマスター)の中には専門職の方や介護経験者もおられるので、認知症や介護相談が気軽にできるのも安心です。

※「BUNKO」はリノベーションした一軒家をレンタルスペースとして活用しており、「オレンジカフェひだまり」のほか、ヨガ教室やパン教室、ベビーマッサージ教室等様々なイベントが開催されています。



玄関前のオレンジののぼり旗と「BUNKO」の看板が目印



季節を感じる創作体験「クリスマスリース」作り 



あたたかく美しい音色が心に響きました♪



演奏後は、推進員が認知症のミニ講話を担当。学生さんも地域の方も熱心に耳を傾けていました。



『いきいき井戸端会議』

開催地：八幡東区大蔵
コミュニティカフェ「ゴーゴーオオクラ」
開催頻度：第4水曜日
10:00~19:00
利用料金：無料
問合せ：090-7925-6450(担当：藤井氏)
090-9495-3319(// :久原氏)

年の瀬せまった12月26日、通常は大蔵親和通りのコミュニティスペースで開催されている「いきいき井戸端会議」が、クリスマス企画として、大蔵市民センターで開催されました。

当日のメインイベントは、全国的にも珍しいバイオリンとチェロで構成された八幡高校音楽部の弦楽コンサート。童謡から映画音楽まで様々な楽曲がピアノと弦楽の音色で奏でられ、40名以上の参加者が集った会場全体には拍手が鳴りやみませんでした。

カフェ代表の藤井氏から音楽部顧問の先生への、感謝の花束贈呈のシーンもとても感動的でした。



大盛況だったバザーの話やお互いの健康状態等、話は尽きず盛り上がっていました。



訪問日には男性の姿もありました！

『守恒台をたのしむ会』

開催地：小倉南区上石田
守恒台集会所

開催頻度：第3木曜日
10:00~12:00

利用料金：無料

問合せ：093-962-2822(担当：吉田氏)

地域住民の集いの場である「守恒台集会所」が会場となっており、気軽に足を運びやすい環境です。

令和5年1月より本格的な再開となり、訪問した日は令和4年12月に約3年ぶりに開催したバザーの打ち上げを兼ねた新年会が行われていました。

長引くコロナ禍でなかなか交流できなかったこともあり、参加者のみなさんは近況報告や地域情報の共有等で話の花を咲かせていました。

参加者からは「コロナは収束していないけれど、みんなの顔が見られて嬉しい！」との声上がり、再開を待ち望む人が多くおられたことを実感!!

こちらも久しぶりの訪問でたくさんの方から元気をいただき、共に楽しい時間を過ごすことができました。

【認知症にやさしい小さな図書館コーナーより図書の紹介】



紹介者は…

令和4年10月9日(日)

小倉南図書館開催の「認知症にやさしい図書館」で講師をしてくださった令和健康科学大学准教授作業療法士の谷川良博氏です。

『ミシンと金魚』 著：永井 みみ 出：集英社



現役のケアマネジャーが筆者です。認知症を患う女性「カケイさん」のひとりごとで綴られています。人生の記憶と今。認知症を患うカケイさんは、「みっちゃんたち」から介護を受けて暮らしてきました。

ある時、病院の帰りに「今までの人生をふり返って、しあわせでしたか?」と、「みっちゃんの一人」から尋ねられ、カケイさんは今までの人生と思いを語り始めます。

カケイさんは外見はボウとしてみえるが、頭の中では、「赤ちゃん言葉で話しかけてくるのがいる。自分も年寄り寸前の、若づくりの女に、そんなのが多い」と、冷静に観察しています。

読み進めると、自身の態度を反省する機会になります。

若い世代につなぐ！

認知症サポーター養成講座とキャリア教室



桜丘小学校6年生が企業人と話す「キャリア教室」という取り組み。個々の小学生と直接やりとりが出来るのが魅力です。大変なことや、やりがいを探ねられて自分自身の仕事への向き合い方の振り返りにもなる機会でした。

終了後に校長先生が「挑戦しないと失敗もないけれど、喜びや進歩も体験できない。失敗してもいいから、いろいろなことにどんどんチャレンジする人になって行ってほしい」と子どもたちにエールを送っていたのが心に残っています。



西南女学院大学保健福祉学部2年生の皆さんが、看護の世界で働く前に認知症をよく知っておこうと「認知症サポーター養成講座」を毎年受講して下さっています。

昨年、一昨年とオンラインやハイブリッド方式による開催でしたが、3年ぶりに対面でお話しさせてもらい、出向いた私たちも元気をもらいました。

模擬訓練 座学で知識を深める

～八幡西区永犬丸西校区社協～

警察への通報訓練について
楽しい劇仕立てで学びました。
演じたのは福祉協力員さんと
区社協の皆さんです。



この機会に介護施設のことをもっと知りたい！と講師をお願いした、北九州市認知症介護指導者会会長 城田浩太郎氏。本人の思いに着目した「介護の現場から見た認知症」の話は、とても説得力がありました。推進員からは「本人の声を聴くこと、できることを奪わないこと」の大切さをお伝えしました。



田原校区では、令和5年度からスタートする「小地域福祉活動第二次計画」の目標の一つに「チームオレンジで豊かな暮らしを」と掲げています。従前から「老いても安心して住めるまち たはら」がキャッチフレーズで、すでに6回も搜索模擬訓練の実績がある校区です。今後の展開がとても楽しみです。

令和5年度 チームオレンジ始動！
小倉南区田原校区で準備中！

チームオレンジとは？

認知症サポーターの近隣チームによる認知症の人や家族に対する生活面の早期からの支援等を行います。認知症の人もメンバーとしてチームに参加することが望めます。

