



会場には元気な笑い声が響きます。楽しく会話をしながらぬり絵をしたり日頃の悩みを相談したり、思い思いにカフェを楽しむ参加者の笑顔がありました

福祉の仕事に携わってきた経験を生かして

いきいきサロン「認ともカフェ」

長年、福祉の仕事に携わってきた玉野さん。平成29年4月に、岩下さんほか数名の有志と共に「認ともカフェ」を立ち上げました。認知症になった人を介護する家族と接する中で、本人や家族が気軽に息抜きができる場所が必要だと感じたことが、このカフェを立ち上げたきっかけだと話します。

「認ともカフェ」は古河市社会福祉協議会の支援のもと、月1回程度、古河福祉の森会館で開催。ぐりん号を利用しての来館が可能で、医療機関も隣接しているため、さまざまな人に安心して利用してもらえると考えたからです。これからも利用者の皆さんに、来て良かったと思ってもらえるような取り組みを続けていきます。



認ともカフェ代表
玉野美代子さん

気軽に息抜き できる場所

日頃の介護ストレスや、気分転換のためにも「認ともカフェ」に足を運んでみてはいかがでしょうか

カフェでは、ぬり絵や生け花、音楽会、簡単なゲームなどを行っています。ぬり絵が得意な人がほかの利用者にぬり方のコツを教えたり、楽器を弾ける人同士でバンドを組み、演奏をみんなで見たりして、カフェに集まった利用者が、それぞれの得意分野を生かして楽しめるところがこのカフェの特徴です。

得意分野が無いという人も、もちろん大歓迎。盆踊りで使う笠の飾り付けや合唱するための手書きの歌詞カードなど、イベントで使用するちょっとした小道具を作成することもあります。また、内容にとらわれず、将棋を指しに来る人もいたり、自由に過ごせることも魅力の一つとなっています。

実際に利用している人は、認知症

の予防や介護の息抜き感覚だった「認ともカフェ」を通してできた知人に会いに来たりと、さまざまな理由で利用しています。中には認知症のご本人と夫婦で利用する人もいて、本人の刺激にもなり、介護者も自分の気分転換の時間が作れたと喜んでいただけたそうです。利用者に喜んでもらえることが、この活動をしていて一番嬉しいと思える瞬間だと玉野さんは話します。

今後は、古河福祉の森会館での開催にとどまらず、総和地区や三和地区でもこのカフェを開催したい。そして、認知症のことで悩みがあるけれど誰に相談したらいいのかわからなかったり、行政に相談するのは緊張してしまったりする人が気軽に相談できる場所としても、引き続き活動していきたいと考えているそうです。

「認ともカフェ」を利用して、誰かに話を聞いてもらうことで気持ち少し楽になったり、介護に役立つ情報が得られたりすることもあります。また、人と人とのつながりを生かして、医療や介護の専門の人などを紹介できる場合もあるそうです。認知症についての悩みがある人は、一人で抱え込まずに一度気軽な気持ちでカフェを利用してみてはいかがでしょうか。

認知症カフェ

認ともカフェ

日時 毎月第4金曜日/10時～14時
場所 古河福祉の森会館(新久田)
電話 090-5524-5003(担当：玉野)



▲年末にはカフェの利用者の皆さんで、お正月用の生け花も作ります

Interview 「認ともカフェ」利用者の声

夫の仕事の関係で市内に越してきました。現在1人暮らしなのですが、以前お世話になったケアマネジャーさんから「認ともカフェ」の存在を教えてください、利用してみようと思いました。今は、おしゃべりを楽しめる友人もでき、気分転換になっています。

田中さん(仮名)

玉野さんに声を掛けてもらい、認知症を患っていた夫と一緒に利用を始めました。ほかの利用者さんが夫の話相手になってくださり、私自身も世間話などをして気分転換になりました。現在、在宅介護は落ち着きましたが「認ともカフェ」には時々顔を出すようにしています。

木村さん(仮名)