

おひさまだより



65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型デイサービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.21 平成 30 年 2 月発行

最近のおひさま交流会

10～11月には認知症啓発行事に参加しました。活動の様子をご紹介します！

◆10月 RUN 伴兵庫 2017に参加！

RUN 伴とは認知症の人や家族、支援者、一般の人が、リレーをしながら、一つのタスキをつなぐイベントです。北は北海道、南は沖縄までタスキをつないでいきます。

神戸ではおひさま交流会の参加者をはじめたくさんの認知症の当事者・支援者が集まり、総勢50名でこうべ市民福祉交流センターから神戸国際会館までを歩きました。内20名はタスキをかけ走りしました。その後、神戸国際会館で行われている在宅ホスピスについてのシンポジウムに参加し、シンポジウムに参加されている医療・福祉職の方へ向け RUN 伴やおひさま交流会のPRをしました。

神戸市社協のマスコットキャラクター「ふわぼん」も応援にきてくれました！



◆11月 認知症啓発ウォーク



11月には認知症の人と家族の会主催の認知症啓発ウォークに参加しました。JR三ノ宮駅から交流センターまで、旗を持って歩きました。「認知症の人に優しいまちをつくらう！」「認知症を知ろう！」とかけ声をかけました。

10～11月の啓発活動を通して、認知症の方もそうではない方も、認知症についてお互いに理解しようとする気持ちが大変だと改めて感じました。啓発活動に参加して下さったみなさまありがとうございます。

今後の予定

「若年性認知症交流会おひさま」の今後の予定です！ ※変更になる場合があります。ご了承ください。

3月17日（土）フラワーアレンジメント

4月21日（土）清掃活動・外遊び

5月12日（土）紙芝居練習（第2週）

6月 2日（土）紙芝居講演@大慈こども園（第1週） ※半日実施

7月21日（土）音楽鑑賞会

8月18日（土）調理活動 ※半日実施

9月15日（土）バスツアー

ひだまりの樹（東灘区）活動紹介

平成29年11月より、若年性認知症のご本人、ご家族の活動の場として「ひだまりの樹」が立ち上がりました。「本人が活動する場所がもっとほしい！」という思いから、プログラムの内容決めはもちろんのこと、お茶出しや



受付もご本人、ご家族が中心となり活動しています。テーブルを使った卓球や、お正月の貼り絵など楽しい企画がたくさん！

3月25日には地域の小学生を対象とした「春まつり」にてバザーをするとのこと！こちらは一般の方もご参加できますので、ぜひお立ち寄りください。

場所：コープは～とらんどハイム本山
日時：第2～4水曜 10：00～15：00
(H30.5～火曜へ変更)
参加をご希望される場合は、市社協おひさま担当者までご連絡ください。

おひさま交流会ボランティア募集！

おひさま交流会では、ご本人活動をサポートして下さるボランティアを募集しています。認知症の方のサポートという点、福祉の資格や専門的な介護技術が必要かと思うかもしれませんが、若年性認知症の方はお体がお元気な方も多く、となりで作業の段階を一つずつ丁寧にお声かけするとできることもたくさんあります。

具体的には、お手洗いの場所までのご案内や、調理活動や制作活動の間、隣でご本人が楽しく活動できるようにサポートをお願いしています。また、運営やゲーム進行のお手伝いをお願いする場合もあります。

介護サービス事業所の方、認知症サポーター養成講座を受講された方、ご家族の介護を終えられた方など、興味のある方はお気軽におひさま担当者までご連絡ください。

サポートする、されるに分かれるのではなく、おひさまの仲間として一緒に楽しめませんか？



受診・制度利用手帳ができました

若年性認知症と診断を受けた方が使うことのできる制度や相談・活動できる場所についてまとめた「受診・制度利用手帳」ができました。実際、診断直後に分厚いパンフレットを読み込むことは難しく、制度利用のタイミングを逃してしまい、利用できなかったという声を聞くことがあります。

この手帳では、診断の時期毎に利用できる制度、ご本人の活動の場所を紹介しています。おひさまに参加されているご家族にもご協力いただき、手続きする上でのポイントを当事者の視点でまとめました。また、鞆に入る大きさといったサイズにもこだわり、制度を利用する上で、よく聞かれる点を書きこみ式になっています。



この手帳を使いたい！一度手にとって見てみたい！と思われる方は、お気軽におひさま担当者までご連絡ください。

<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会

福祉部 こうべ認知症生活相談センター おひさま担当者

〒651-0086 神戸市中央区磯上通3丁目1-32 こうべ市民福祉交流センター4階

電話 078(271)5081 FAX 078(271)5366 Mail nyusyo@with-kobe.or.jp

URL <https://www.with-kobe.or.jp/detail/ohisama/>



社会福祉法人神戸市社会福祉協議会 若年性認知症交流会

おひさまだより



65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型サービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.20 平成 29 年 8 月発行

最近のおひさま交流会の様子

平成 29 年 7 月の交流会で、おひさま交流会は 80 回を迎えることができました。回数を重ねる毎に参加者の人数が増え、現在は 1 回の交流会に 50～60 名の方が参加されています。

	参加人数
平成 27 年度	498 名
平成 28 年度	583 名
平成 29 年（8 月末時点）	272 名

平成 27～28 年度で
約 80 名の参加者が増えて
います！

4～8 月の活動の様子



4 月は生田川公園にてスプレーアートを行いました。A1 サイズの紙にスプレーのペンキを吹きかけ、宇宙をテーマに制作しました。瓶のふたを使って惑星の円を描いたり、ペンキが乾く前に新聞紙でこすったりと楽しく参加しました♪

5 月は神戸市北区大沢へいちご狩りに行きました。甘～く、おいしいいちごをお腹いっぱい食べました。また、神戸フルーツ・フラワーパークと 3 月に OPEN したばかりの道の駅大沢へも行きました。おいしい食べ物を食べ、おいしい空気を吸って大満足の 1 日でした！



6 月は障害者スポーツを専門にしているコーチをお呼びして、リズム体操をしたり、トランポリンに乗ったりしました。午後からは交流センター周辺の清掃活動を行い、横断歩道や道路の植え込みの隅々までゴミを拾いました。「ここにもあるよ～」と声を掛け合い、タバコの吸い殻やペットボトルをゴミ袋いっぱい拾いました。



7 月は七夕飾り付けと交流センター 1 階ホールにて音楽鑑賞会を開催しました。「うみ」「茶摘み」「しあわせなら手をたたこう」を大きな声で歌いました♪おひさま参加者以外にもふらっと立寄って聞いておられる方もおり、楽しいひとときを共有することができました。



8 月は調理活動！夏野菜カレーを 60 人前つくりました。カレー班とポテトサラダ班に分かれていざ調理！包丁を使うことが難しい方には、ホットプレートでトッピングの野菜を焼いてもらい、60 人分のカレーの盛り付けを手伝っていただきました。全員で協力してつくったカレーはご家族にも大好評でした！



今後の予定

平成 29 年度も下記の日程で「若年性認知症交流会おひさま」を開催予定です！

場所：こうべ市民福祉交流センター（中央区磯上通 3-1-32）

日時：原則、毎月第 3 土曜日 10:30～15:00

平成 29 年 9 月 23 日（土） ドッグセラピー・介護相談会 ※第 4 週

10 月 21 日（土） RUN 伴イベントへ参加

11 月 18 日（土） 未定

12 月 16 日（土） 調理活動・クリスマス会 ※プレゼント交換をします！

平成 30 年 1 月 20 日（土） 初詣・豆まき

2 月 17 日（土） おひさまカフェ

3 月 17 日（土） フラワーアレンジメント

明石若年性認知症家族会「ひまわり」



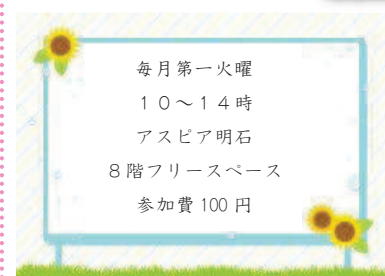
おひさま参加者が、明石で家族会を立ち上げられました！活動の様子をご紹介します！

①立上げのきっかけ ②活動内容 ③メッセージ

①「もっと情報交換や愚痴を言い合える時間がほしい」と思い、サロンでできた仲間と立ち上げました。

②毎回 5～6 組の若年性認知症の方のご家族が来られています。ご本人が来られている場合もあります。はじめに参加者同士で自己紹介→交流会→認知症に関するミニ勉強会という流れで活動しています。昼食は 1 階のスーパーへ買いに行きます。

③途中参加、退室も可能です！当日ふらっとお越しいただいても構いません。ゆるりと参加してください♪



毎月第一火曜
10～14 時
アスピア明石
8 階フリースペース
参加費 100 円



おひさま楽遊会



平成 28 年より、若年性認知症の方が山登りや外遊びを楽しむサークル「おひさま楽遊会」が発足しました！きっかけは若年性認知症の方から「高取山に登りたい」という相談が長田区社会福祉協議会へ入ったこと。若年性認知症当事者の方やご家族の方、地域の方々、医療・福祉の関係機関が協力して、楽しく過ごせる場をつくろうと、このたび、「若年性認知症交流会おひさま」の参加者が中心となって立ち上げました。

今までに山登りを 4 回、ボーリングを 1 回実施しています。毎回の活動の中で、参加者が「やりたいこと」「行きたいところ」を提案しています。



認知症のご本人の活動をサポートして下さるボランティアの方も募集しています！

〈おひさま楽遊会のお問い合わせ先〉
長田区社会福祉協議会
TEL: 511-4277



＜発行・お問い合わせ先＞

神戸市社会福祉協議会 こうべ認知症生活相談センター

〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32 こうべ市民福祉交流センター 4 階

TEL 078-271-5081 FAX 078-271-5366 Mail zigyau@with-kobe.or.jp

URL https://www.with-kobe.or.jp/detail/ohisama/



社会福祉法人神戸市社会福祉協議会 若年性認知症交流会

おひさまだより

65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型デイサービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.19 平成 29 年 3 月発行

おひさま交流会

3 月 1 8 日のおひさま交流会をもちまして、平成 2 8 年度のおひさま交流会を無事に終えることができました。今年度もたくさんのご参加があり、楽しい交流会となりました。ありがとうございます！最近の交流会の様子を紹介します。



1 2 月はクリスマス会を開催し、調理活動とプレゼント交換会を行いました。調理活動では、ホワイトシチューや牛肉とごぼうの混ぜご飯などボリューム満点のメニューをおいしくいただきました。また調理活動だけではなく、クリスマスの飾り付けも行いました。メリークリスマスの色画用紙に毛糸のポンポンをつけ、ホワイトボードに飾りました。午後からは、プレゼント交換会を行い、サンタとトナカイに変装した参加者からプレゼントを順番にもらっていました。「こんなプレゼントがあたったよ〜。誰が用意してくれたプレゼント〜？」と大盛り上がり！ポインセチアからマグカップ、海外のおみやげまでバラ



エティーにとんだプレゼント交換会になりました。

2 月はボランティアの方をお招きして、音楽鑑賞会をしました。ピアノとサックスの演奏に癒されました♪懐かしの名曲をたくさん歌いました。楽しすぎて踊りだしてしまう方もおられたり…太鼓やカスタネットなどの打楽器を使って、みんなでセッション！アンコールの情熱大陸の演奏では、自然と手拍子が起きました。「大きな声で歌うと気持ちがいい！」と大好評でした。

今後の予定

平成 2 9 年度も下記の日程で「若年性認知症交流会おひさま」を開催予定です！

場所：こうべ市民福祉交流センター（中央区磯上通 3-1-32）

日時：原則、毎月第 3 土曜日 10:30~15:00

平成 2 9 年	4 月 1 5 日（土）スプレーアート	1 0 月 2 1 日（土）
	5 月 2 0 日（土）いちご狩り	1 1 月 1 8 日（土）
	6 月 1 7 日（土）	1 2 月 1 6 日（土）クリスマス会
	7 月 1 5 日（土）	平成 3 0 年 1 月 2 0 日（土）
	8 月 1 9 日（土）	2 月 1 7 日（土）
	9 月 1 6 日（土）	3 月 1 7 日（土）



認知症啓発ウォークに参加！

1 月 2 1 日、認知症の人と家族の会兵庫県支部主催の認知症啓発ウォークがありました。おひさまの参加者からは、ご本人・ご家族・ボランティア等 1 1 名が参加しました。コースは JR 三ノ宮駅から交流センターまで、認知症啓発の旗を持って歩きました。寒さにも負けず「認知症の人が住みやすいまちづくりを！」と元気にかけ声をかけていきました。参加されたご家族からは「始めははばかりしい気持ちもあったけれど、一生懸命にかけ声をかけました！」という言葉があり、一般の方へ認知症の理解を伝える機会となりました。



スタッフからひとこと

このたび、3 月末をもちましてこうべ認知症生活相談センターを退職することになりました。これまでお世話になりました。ありがとうございます。

平成 2 7 年度の途中からの参加で、毎回参加させていただくようになったのは、その後半からでしたが、おひさまに参加させていただき、お話やレクリエーション、お食事など皆さんと一緒に過ごして、元気をたくさんもらいました。「おひさま」の名前どおりあたたかい場所で大好きです。また、機会がありましたら参加させていただきたいです！

こうべ認知症生活相談センター
長谷川 智美



H 2 5 年度 4 月からおひさまに参加させて頂きましたが、3 月末に退職します。あつという間の 4 年間でした。

このおひさまという「居場所」でご家族様、ご本人様に出会えたことをうれしく思います。楽しい思い出がいっぱいです。遠足、レクリエーション、演奏会。皆様の笑顔や笑い声が、この居場所を支えていることを感じさせられた 4 年間でした。これからもこのおひさまが皆様にとってホッとできる場所であつたいなと思います。また、お会いできる日をたのしみにしています。

有難うございました。

福祉事業 2 課 稗田 洋子



ボランティア募集！

若年性認知症交流会おひさまでは、若年性認知症のご本人をサポートして下さるボランティアを募集しています。活動内容としては、室内ゲームやスポーツ、制作活動、調理活動にご本人と一緒に参加していただきます。ボランティアにはご本人が楽しく、安全にプログラムに参加できるよう、移動の付き添いやお話、見守りをお願いしています。直接、体に触れるような介助は必要ありません。また、年に 2 回程度、交流センターの外に出て活動することもあります。ご家族の介護を終えられた方、介護サービス事業所のスタッフ等、若年性認知症に関心のある方のご参加をお待ちしております。

<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課
〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32
こうべ市民福祉交流センター 4 階

電話 078(271)5316 FAX 078(271)5366
Mail zigyou@with-kobe.or.jp
URL <https://www.with-kobe.or.jp/detail/ohisama/>

毎月の開催内容は、神戸市社会福祉協議会ホームページ内の若年性認知症交流会おひさまのページ（左記 URL）をご覧ください。



おひさまだより



65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型デイサービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.18 平成 28 年 12 月発行

最近のおひさま交流会の様子

＜調理活動＞



8 月の交流会では夏野菜カレーづくりをしました。いつもお世話になっている家族に、感謝の気持ちをこめて料理のプレゼント！カレー 60 人前をスタッフがお手伝いしながら、ご本人が中心となって完成させました。みなさん華やかな包丁さばきで、野菜を切られていました。4 つの班に分かれて調理していたのですが、各班で野菜の切り方やカレーの濃さが違っていろいろな味のカレーを味わうことができました。始めは「できるかなあ〜」と不安な声も上がっていましたが、調理がすすむにつれ、使ったお皿や調理器具を洗ったり、ごはんの盛り付けをしたりとそれぞれが自分の役割を見つけて協力し、無事終わることができました。ご家族からも「やっぱり手作りのごはんはおいしいね！」と大好評でした。

＜芋ほり＞

おひさま交流会では、毎年 1 回遠足へ出かけています。昨年度はバスに乗り、淡路島や丹波篠山へ行きました。今年は 10 月の交流会にて、神戸市西区押部谷町木津に芋ほりへ行きました。現地では公民館を借りて、ゆっくりと過ごし、くつろぎながら大自然のおいしい空気をたくさん吸いました。メインイベントの芋ほりでは、土にまみれながらも鳴門金時をたくさん収穫！一つひとつのお芋がとても大きくみなさん驚かれていました。家に帰ってからどんなお芋料理をつくろうかと楽しみにしながら袋に詰めておられました。その後は参加者全員で、スプーンリレーや魚釣りならぬ芋釣りゲームを楽しみました。天候にも恵まれケガもなく、笑顔で終えることができました。現地でお世話になったみなさまありがとうございました。来年もみなさんと楽しい遠足に行けますように！



いっぱいお楽しみしました！！

今後の予定

以下の日程で「若年性認知症交流会おひさま」を開催予定です！

平成 28 年 12 月 17 日（土）調理活動・クリスマス会

平成 29 年 1 月 21 日（土）柔道整復師の先生による転倒予防体操

2 月 18 日（土）フラワーアレンジメント

3 月 18 日（土）調理活動

10：30～15：00 に
こうべ市民福祉交流センター
にて開催しています。



初期・若年性認知症特化型デイサービスおひさまクラブ （須磨在宅福祉センター）の様子～オムツ講習会～

10 月 27 日にデイサービス利用者のご家族が参加されているお

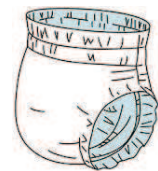


ひさまカフェにて、オムツ・リハビリパンツの講習会を行いました。（株）リブドゥコーポレーションの方に講師をお願いし、ご家族 9 名が参加されました。まずは排尿のメカニズムを知るために、自分の 1 日排尿回数や量を考えていきます。いざ考えてみると、「1 日に結構行っているなあ」「1 回で出切らないこともあるよね」という声もありました。



次は介護する人も介護される人の気持ちを知るといことで、実際にご家族と職員もリハビリパンツを履いてみました。始めは少し照れくさかったのですが、リハビリパンツをフィットさせる方法や失敗したときの脱がせ方などを教えていただくにつれて、みなさん真剣な表情へ変わっていきます。リハビリパンツの中に、実際にパットを入れる練習も行いました。介護される人の気持ちを知り、その人に合った道具を使うということをお伝えいただきました。白い紙パンツに抵抗があるという人には、「布製リハビリパンツはいかがでしょうか」とのアドバイスも！おむつや介護用品等のアドバイスしてくれる京都のおつき庵の紹介もありました。

京都おつき庵【ホームページ】<http://mutsukian.com/>



認知症とともに歩むひょうごの会

9 月に兵庫県社会福祉協議会が主催している若年性認知症の当事者グループ、認知症とともに歩むひょうごの会の地域会が行われました。地域会ではメンバーの居住地へ行き、開催する会議です。兵庫県たつの市にある古い民家を利用した飲食店の「日山ごはん」へ行ってきました！ここでは NPO 法人いね



いぶるが障がい者の就労支援をしています。

午前中はたつの市龍野地区の美しい町並みを認知症のご本人に案内してもらい、みんなで散策！お店や銀行までもが武家屋敷のようで、「これが銀行？」と驚きの声があがっていました。昼食は日山ごはんにて、お弁当をおいしくいただきました。午後からは障がい者の就労（復職）の支援についてお話を聞き、意見交換を行いました。「少しのサポートと工夫があれば、まだまだできることがたくさんある」というお話があり、実際にこんなサポートがあったらいいなと思うことを挙げていきました。認知症だからこそ気づくことがあり、仲間と共有しながら活動しています♪

武家屋敷の美しい町並みを散策♪

おいしく
いただきました！

＜発行・お問い合わせ先＞

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課
〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32
こうべ市民福祉交流センター 4 階

電話 078(271)5316 FAX 078(271)5366
Mail zaitaku@with-kobe.or.jp
URL <http://www.with-kobe.or.jp>

若年性認知症交流会おひさまでは、若年性認知症のご本人・ご家族、介護サービス事業所スタッフ等、若年性認知症に関心のある方の参加をお待ちしております！
またご本人が交流会を楽しめるようサポートして下さる方の参加も大歓迎です♪



おひさまだより



65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型サービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.17 平成 28 年 7 月発行

最近のおひさま交流会の様子

平成 28 年度より、新しくおひさま交流会を担当しています藤原です。みなさんと一緒に楽しい会にしていきたいと思っていますので、よろしくをお願いします。



おひさまのもとで
お弁当を食べました！

4 月の交流会では、東遊園地にお散歩へ行きました。お散歩の途中では地元の食材を使ったファーマーズマーケットがあり、みなさん思いおもいに買い物を楽しまれました。また、交流会に参加されているご家族の方の描かれた絵が市民ギャラリーに飾られているということで、みなさんで芸術鑑賞をしました。作者から絵の解説もしていただき、充実した 1 日となりました。

1 日中外にいたのでみなさんお疲れかなと思いましたが、帰り道もとても元気に歩かれ、私がみなさんについていくのに必死なくらいでした。

5 月の交流会では、ボランティアの方にオカリナの演奏をしていただきました♪懐かしい曲を十数曲演奏していただき、みなさん大きな声で歌われていました。最後にはアンコールも起こり、「しあわせなら手をたたこう」を最後まで歌いました。オカリナ 6 本の力強いハーモニーの壮大さと、どこか素朴で懐かしいオカリナの音色が美しく、心がうっとりとし、楽しいひと時を送ることができました。

美しいオカリナの演奏を聞いて
大きな声で歌いました♪



◎交流会の中では、ご本人と一緒に活動して下さるサポーターの方を募集しています。関心のある方は、事務局まで、ご連絡お待ちしております。



<平成 28 年 7 月以降の交流会開催予定>

平成 28 年度も以下の日程で「若年性認知症交流会おひさま」を開催予定です。

場所：こうべ市民福祉交流センター（中央区磯上通 3-1-32）

日時：原則、毎月第 3 土曜日 10:30~15:00

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| ① 7 月 16 日（土）落語会 | ～ 2017 年～ |
| ② 8 月 20 日（土）調理活動 | ⑩ 1 月 21 日（土）調整中 |
| ③ 9 月 17 日（土）勉強会（薬について） | ⑪ 2 月 18 日（土）フラワーアレンジ（ひな祭り） |
| ④ 10 月 22 日（土）芋掘り（第 4 週） | ⑫ 3 月 18 日（土）調理活動 |
| ⑤ 11 月 19 日（土）リースづくり | |
| ⑥ 12 月 17 日（土）調理活動（クリスマス会） | |

音楽・制作活動など
楽しいプログラム
も募集中です！

初期・若年性認知症特化型サービス（おひさまクラブ）の様子

須磨在宅福祉センターにて、初期・若年性認知症の特化型サービスとして活動しているおひさまクラブの様子を紹介します。週 1 回木曜日に、男性 12 名が利用されています。（定員 12 名）



おひさまクラブでは、利用者がしたいことを出し合い、何をしていくか決めていきます。その中でも「畑作業をしたい！」という意見がたくさんありました。どんな苗を植えるか話し合い、成長していく姿を楽しみにしています。大きなクワを振って、土を耕す方がいたり、肥料の入れる順番を教えてください、それぞれ得意なことを活かして全員で苗を植えていきました。私も数ある収穫物の中からそら豆をいただきました。利用者の方が、さやから一粒ずつ丁寧に取り出してくださり、ホク



ホクのそら豆をいただきました。

他には、室内でゲームや巨大紙芝居の作成をしたり、6 月には畑でとれた玉ねぎを使って、カレーづくりをしたりしました。外では畑作業だけでなく、妙法寺近くの勝福寺までお散歩などにも行っています。

私、藤原も中学生から続けているトロンボーンのミニ演奏会をさせていただき、トロンボーンの音色を利用者の方に聞いていただきました。このように皆さん自分のできることを活かし、また苦手なことは助け合いながら活動しています。毎回、笑顔が絶えない楽しいひと時を過ごしています。



若年性認知症とともに歩むひょうごの会に参加してきました！

6 月 27 日に兵庫県社会福祉協議会が事務局をつとめる当事者グループ「若年性認知症とともに歩むひょうごの会」の第 1 回全体会に参加してきました。この会では、おひさま交流会・おひさまクラブの利用者の方も当事者として参加されています。

今年度は、「発信する」ということを目標にして活動しています。

当事者からは、「地域の認知症カフェへ行きたい。」「成果物をつくって知事に直接届けにいこう！」などたくさんの意見がでました。その中でも就労と外出について、大きく 2 つのテーマがあがりました。就労については、当事者の方からさまざまな思いを聞きました。「仕事をする上で何ができて、何ができないのかが分からず、続けたいという気持ちよりも不安が勝ってしまう。」「今仕事を続けている人は、前向きに続けてほしい。一度辞めてしまうと新しく始めることは難しい。」など、当事者ならではの思いを聞くことができました。私もサポーターとして当事者の方々と楽しみながらも、社会へ問題提起ができるようお手伝いさせていただきたいと思っています。



<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課

〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32 こうべ市民福祉交流センター 4 階

電話 078(271)5316 FAX 078(271)5366

Mail zaitaku@with-kobe.or.jp

URL <http://www.with-kobe.or.jp>

神戸市社協 おひさま

検索

おひさまだより



65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできないことで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型デイサービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

№16 平成 28 年 3 月発行

最近のおひさま～参加者のみなさんが作りあげる、おひさまのぬくもり～

平成 27 年度も、全 12 回の交流会を無事開催することができました！今年度は、毎回 1～2 組、新しい方のご参加があり、ご本人・ご家族、ボランティアさん、スタッフ総勢 50 名近い人数で、活動する回もありました。

毎回交流会のはじめには、自己紹介を兼ねてお一人ずつにマイクを回しています。病気に関することだけでなく、最近あった面白い話や、季節のおすそ分けなど、豊富な話題が飛び交い、自然と心がほぐれます。

初めて参加される方は、緊張された様子も見られますが、継続して参加されている方が声をかけ、情報交換や昼食時にお話するうちに自然と溶け込んでいっしやる様子がみられます。ご本人の活動の中でも、少しサポートが必要な方への声掛けや手助けが、参加者同士で自然とされています。こういった参加者のみなさんの行動や姿勢が、おひさまのあたたかい雰囲気を作っているんだなぁと感じています。

ちょっと手伝おか？
苦手なことは無理せんでええんや。



本人も笑顔いっぱい、孫も祖母の笑顔に感激していました。
次の目標は、満 70 歳の誕生日に一緒に北海道旅行に行くこと！



今月、平成 22 年におひさまが始まった当初からの参加者で、昨年少入所された T さんが、ご主人、お孫さんと一緒に電車に乗って久しぶりに参加してくださいました。以前から会場の雰囲気も変わって心配な部分もありましたが、久しぶりに会うメンバーからの声掛けがあったり、おひさまの雰囲気を感じていただけたのか、すてきな笑顔で 1 日一緒に過ごしていただきました。

T さんご夫婦は、同じようにご本人が入所されている N さんご夫婦と普段から協力し合い、どちらかのご家族がサポートして、お互いに外出できるように工夫されていると教えてくださいました。普段の生活の場でも、近況報告や困ったときに連絡を取れる仲間やサポーターの存在の大きさを感しました。

◎交流会の中でも、ご本人と一緒に活動して下さるサポーターの方を募集しています。関心のある方は、事務局まで、ご連絡お待ちしております。

<平成 28 年 4 月以降の交流会開催予定>

平成 28 年度も以下の日程で「若年性認知症交流会おひさま」を開催予定です。
場所：こうべ市民福祉交流センター（中央区磯上通 3-1-32）

日時：原則、毎月第 3 土曜日 10:30～15:00

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| ① 4 月 23 日（土）★第 4 土曜日に変更 | ⑦ 10 月 15 日（土）遠足（予定） |
| ② 5 月 21 日（土）オカリナ演奏会 | ⑧ 11 月 19 日（土） |
| ③ 6 月 18 日（土） | ⑨ 12 月 17 日（土） |
| ④ 7 月 16 日（土）落語会 | ～2017 年～ |
| ⑤ 8 月 20 日（土） | ⑩ 1 月 21 日（土） ⑪ 2 月 18 日（土） |
| ⑥ 9 月 17 日（土） | ⑫ 3 月 18 日（土） |

音楽・制作活動など
楽しいプログラム
も募集中です！

地域の支援活動紹介～新しく始まった交流会（2カ所）を紹介しませう～

交流会おひさまには、「自分たちの地域でも交流会を始めよう」と見学・参加して下さる方もいらっしゃいます。その中で、今年度立ち上がった 2カ所の交流会の「①立上げのきっかけ」「②一日の流れ」「③メッセージ」をご紹介します。

<若年性認知症ふれあいサロン（尼崎市）>

昨年 11 月に第 1 回を開催されたふれあいサロン。今回、おひさまスタッフも参加してきました。

①尼崎でも、若年性認知症の本人や家族が集える場があったらいいな～というご家族の声が立上げのきっかけです。2 回目には 43 名の方にご参加いただきました。ご本人、ご家族、医療・介護、行政が集まって、これからの若年性認知症への理解を深めていく場となり、もっとたくさんの方に来てもらえるようにしていきたいです。

②13:30～自己紹介 → 全員で歌を歌ってほぐれた後は「ご本人プログラム（この日は音楽）」と「情報交換会」に分かれて活動 → それぞれの感想を聞いて 15:30 に会が終わります。

③兵庫県内の若年性認知症サロンを見学させていただいたり、ご家族、ご本人のお話を聞かせていただき、ご支援を受け、やっと立ち上げることが出来ました。本当にありがとうございました。みなさまのあたたかい気持ちを受け継いで、尼崎でもサロンが定着していくようにこれからも連携して、つながって、活動を続けていきたいです。



【参加したスタッフの感想】 次回は 6 月 18 日（土）を予定。尼崎市林-グ およびひろでご案内します！

「地域の方が一人でも多く、優しい目で見守ってくれるような地域を作りたい」と、主催者の尼崎市地域包括支援センター出口さんの働きかけで、ご本人やご家族が繋がる場だけでなく、多種専門職の参加もありました。地域ぐるみで若年性認知症について話しつなげる場になっていました。

お問い合わせ先 尼崎市「大庄南」地域包括支援センター（尼崎市大庄西町 4-3-9）

電話：06-6417-0125 FAX：06-4950-4715

<若年性認知症支援の会あおぞら（神戸市北区緑町）>

神戸市北区で介護保険のデイサービス施設で開始された交流会です。

①当施設では、休館日に地域に場所を開放して広く活用していただくことを目的として、毎月第 4 土曜日（10:30～15:00）に若年性認知症の会を始めました。北区本区ではまだ活動していない現状も踏まえて、月 1 回だけでも、会を開いていきたいと考えております。

②特に決まったプログラムなどは用意しておりません。まずは、介護されているご家族の交流の場となることを目指しています。活動については参加者の状況などに応じて、毎月参加される皆さんが和んでいただけるような内容を一緒に考えていきたいと思っています。

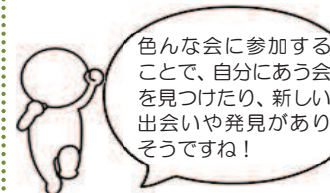
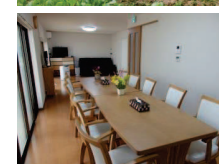
③場所としては決して広くもなく、プログラムとしても大したことはできない

と思いますが、デイサービスの特徴でもあるアットホームな環境の下、色々な交流ができると考えております。また、庭には畑もありますので、季節に応じた畑作業を一緒にしながら楽しんでいきたいと考えております。

お問い合わせ先 はるの家（神戸市北区緑町 5 丁目 2-7）

電話：078-581-7788 FAX：078-581-7772

メール：yumezou@etude.ocn.ne.jp



<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課

〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32 こうべ市民福祉交流センター 4 階

電話 078(271)5316 FAX 078(271)5366

Mail zaitaku@with-kobe.or.jp

URL http://www.with-kobe.or.jp

神戸市社協 おひさま

検索

おひさまだより



65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型デイサービス「おひさまクラブ」を実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.15 平成 27 年 12 月発行

最近のおひさま…10 月は枝豆狩り体験バスツアーに行ってきました！

交流会「おひさま」では、毎年 1 回バスツアーを行っています。これまで、芋ほりや城崎温泉、淡路島散策に行きました。

今年は、農業体験を通して都市と農村との交流活動をされている「ふるさとひょうご創生マイスター18」さんにご協力いただき、兵庫県篠山市へ黒豆の枝豆狩り体験に行ってきました。

10 月 17 日。大型バスに乗り、総勢 43 人で出発！少し長いバス移動ですが、おしゃべりやギター演奏に合わせたカラオケをしていたらあっという間に第 1 目的地「県立ささやまの森公園」に到着。昼食を食べた後、自然いっぱいの森公園を散策。写真を撮ろうとうろうろしていると、夢中で何かを拾う参加者の姿が。いっぱいになった手の中には、帽子をかぶったまんまるのどんぐり！神戸では見かけないかわいい姿に一緒に癒されました(笑)



さて、散策後はメインイベントの枝豆狩り体験です。ひろ～い畑の奥から一人二株採ってきて、袋詰めをします。枝が長いからなのか、みなさん背筋をシャンとして、大きな株を両手に持って颯爽と歩いてきます。その表情は自信がみなぎっているようでした。

あとはコツコツと豆を枝からもいでいきます。日差しが暑い中でしたが、楽しく、真剣に作業される姿に、自然の力や役割の大切さを感じた時間でした。



いつものバスツアーより長距離の移動でしたが、お天気にも恵まれ、枝豆もたくさん持って、みんな笑顔で帰ってくることができました。

企画してくださったふるさとひょうご創生マイスター18 の皆さまと、現地でお世話になった皆さま、本当にありがとうございました。また、来年も楽しいバスツアーができますように！

黒豆の枝豆
とったど～！



診断を受けた方へ・交流会をのぞいてみませんか？

認知症を発症しても、前向きに、家庭や地域、職場での生活を続けている方がたくさんいます。

まだ具体的な困りごとがなくても、交流会などを通じて早い時期から新しい繋がりや仲間を作っておくことは、病気を正しく理解し、今後のことを前向きに考えていく上で大切です。

私たちも、病気の症状やご本人のこと等をお聞きし、どのような形でご本人が社会とのつながりを持ち、活躍できるかを一緒に考えて行きたいと思っています。診断をされて、まだ参加や相談を迷っておられたら、一歩踏み出してみてください。

同僚にも集いの場ができました！

おひさまに来てくださったご家族が、「自分の地域にも若年性認知症の本人や家族が集える場所があればなあ」と、地域包括支援センターや尼崎市社協と一緒に考え、『若年性認知症ふれあいサロン』を今年 11 月 14 日（土）に開催されました。

次回は平成 27 年 2 月頃に開催計画とのことでした！

<お問い合わせ先>

尼崎市「大庄南」地域包括支援センター

☎ 06-6417-0125

おひさまクラブ紙芝居隊 ～初めての児童館公演会～



「今日は、この大きな紙芝居をみなさんに見ていただこうと思ひやってきました。この大きな紙芝居は私たちが作りました。一生懸命練習してきたので、よ～く聞いてくださいね。それでは『キリンちゃんのおさんぽ』のはじまり、はじまり～」

10 月某日、初期・若年性認知症特化型デイサービス「おひさまクラブ」のメンバーは、緑のオリジナルベストを着て、須磨区内の児童館へ行ってきました。紙芝居公演を始めて 12 回目の公演会です。今回のお客さんは 2～3 歳児の親子 11 組、いつもより小さなお客さんの目は大きな紙芝居にぐき付けで、最後まで集中してお話を楽しんでくれました。

紙芝居のあとは、新聞紙をちぎって一緒に遊びました。あっという間に打ち解けて、大人も子どもも笑顔で大はしゃぎ！



終了後のアンケートでも、以下のようなうれしい声をいただきました。

- ◆ みなさん社交的でやさしく、子どもたちと楽しく遊んでくださって親子ともに楽しい時間でした。
- ◆ 笑顔で遊んでくれてとても優しい方々だと思いました。大変な時もあるのですが、頑張っておられると思いました。
- ◆ 認知症とは思えないほどで、イメージが変わりました。
- ◆ 表情が穏やかで、もっとこういう機会があればいいと思いました。

今回、事前に児童館職員や参加される保護者に対し、若年性認知症のことをお伝えする時間を設けました。正しく理解していただくことで、大きな混乱もなく双方が楽しく時間を過ごすことができました。このような活動を通じて、認知症について理解する場づくりも進めて行きたいと思います。紙芝居公演のご依頼もお待ちしています♪

地域の支援活動紹介 ～NPO 法人 COREnnection (コアネクション) の就労支援～

「仕事を辞めて毎日暇で、行くところがない」と相談を受け、ご紹介した NPO 法人 COREnnection さんにおじゃましてきました。若年性認知症と診断された方の「働く場所」として、長田区で、就労支援を中心とした支援をされています。

仕事内容は、靴のまち長田の特色を活かし、靴職人やデザイナーと協力し、レザー・ペーパークラフトの製作です。見学に伺った日は、革を使ったクリスマスオーナメントを作っておられました。和気あいあいと、認知症についても隠すことなくお話をされている雰囲気「安心感」を感じる空間でした。ご紹介したご本人も「病気の事も色々教えてくれるし、やる事があって嬉しい。楽しいよ！」といつも教えてくださいます。



作られた製品は、毎月第 4 土曜日に開催される「湊川公園手しごと市」やインターネットで販売され、売上はご本人の収入に反映されます。おしゃれな鞆や小物もたくさん作られています。見て興味を持つこと、買うことでも応援になります。一度覗いてみてはいかがでしょうか♪

【ホームページ】<http://corennection.com/>

【Facebook】<https://m.facebook.com/corennection/>(日々の活動を Facebook で紹介されています)

若年性認知症交流会「おひさま」は、毎月第 3 土曜日に開催しています！
次回 12 月 19 日(土)はみんなと一緒に「おひさま料理教室」です！

※事前にお申込みください。

<平成 28 年の予定>

1 月 16 日・2 月 20 日・3 月 19 日
それぞれ土曜日の 10:30～15:00



<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課
〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32
こうべ市民福祉交流センター 4 階

☎ 078(271)5316 FAX 078(271)5366

Mail zaitaku@with-kobe.or.jp

URL <http://www.with-kobe.or.jp>

神戸市社協 おひさま

検索

おひさまだより

65 歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的にも精神的にも高齢者とは異なる生活課題があります。

神戸市社協では、若年性認知症の本人・家族のニーズを把握し、若年性認知症支援のあり方の検討、啓発、個別支援に取り組むため、交流会「おひさま」の定期開催や、初期・若年性認知症特化型デイサービスを実施しています。また、「おひさまだより」等の発行を通して、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

№14 平成 27 年 7 月発行

おひさま開催50回！これからも継続がんばります！

平成 27 年 1 月で、月 1 回の交流会「おひさま」が開催 50 回を迎えました。

参加者の中には、症状の進行により参加が難しくなった方も多ですが、ご自分の身近な地域で会を立ち上げ、同じ悩みを持った方々を支援されているご家族もいらっしゃるようです。交流会ではお会いできなくても「頑張っているよ！」とご様子をお聞きできると、安心すると同時に、そのパワーに私たちも励まされています。

新しい参加も増えています。最初は不安そうな表情をされている方も、帰るころには笑顔でお話しされている様子を見うけます。ご家族が先に様子を見に参加され「次回は本人も一緒に来たい！」と言ってくれる方もいらっしゃる、継続して参加していただくことで、その時々にあった生活や介護を相談できると考えています。

月に 1 回の活動ですが、ご本人・ご家族・ボランティアの方々と一緒に、日々の生活に少しでもハリが出るような会をこれからも続けていきたいと思ひます。ご家族は「ほっ」とでき、ご本人は「楽しい」「嬉しい」を感じられるようなお手伝いしていきたいです。

「おひさまクラブ」(初期・若年性認知症デイサービス) NEWS



須磨在宅福祉センターに場所を移し、今年の 6 月 5 日で 1 年が経ちました。8 名の方が参加されています(定員 12 名)



6 月 4 日 センターの一角にある畑に野菜の苗を植えました。昔取った杵柄！かつて学生に園芸を指導されておられた F さん！慣れた手つきで鍬を持ち、フカフカの畑ができあがりました！収穫が今から楽しみです♪



さつまいも



ゴーヤ



トマト 少し収穫！



きゅうり 小さいのがなってます



大型紙芝居を作り、ご近所の保育所へ出前一丁♪



カーチャリング(手作りカーリング)や玉入れなど身体を動かすゲームは大盛り上がり！



見事なフォーム！



デイサービスへの送迎で一緒に来られる家族の方は、別室で情報交換

NewFace!

廣瀬がご報告します！



～「こうべ認知症生活相談センター」開設。毎月のおひさまにも参加します！～

平成 27 年 4 月、神戸市社会福祉協議会内に「こうべ認知症生活相談センター」を開設しました。毎月の交流会にも相談員が参加しています。相談員も交流会での情報交換やご本人との関わりを日々の相談業務にも活かし、頼れる相談窓口になるよう日々頑張っています！

交流会以外の時間でも、ご不安や疑問があればお気軽にご相談ください。相談電話 078-271-5081

NewFace!

4 月から交流会「おひさま」と「おひさまクラブ」に参加している前田です。

「ここ(おひさま)に来て本当によかった。話を聞いてもらうことができて、ここに来たときは笑顔になって帰れます。また明日からがんばります！」。情報交換会の参加者から頂いた感想です。

情報交換会では、日頃の心配事、悩み、知りたいことなど、思いを話されます。その思いに答えようと話に寄り添って聞いてくれています。そして、参考になればと参加者が自身の体験談や経験しているから伝えることのできるアドバイスをしてくださり、相手が元気になれるような言葉かけをされています。

介護者同士、同じ悩みを持つもの同士として、相手の役に立ちたいという思いがいっぱいあって、おひさまのようにあたたかい、支え合う気持ちにあふれているところなので、笑顔になってもらえる場所なのだと思ひます。これからも皆様が笑顔になっていただける場所でありたいと思ひています。

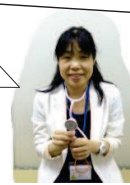
交流会に参加している相談員

真鍋です。引き続きよろしくお祈ひします！



NewFace!

長谷川です。皆様の安らぎの場所になれるよう一緒に参加させていただきますのでよろしくお祈ひします。



「おひさま」～今後の予定～

交流会は、毎月第 3 土曜日 10:30～15:00 を定例としています。

場所は原則、こうべ市民福祉交流センター内(神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32)です。

- ◎ 平成 27 年 7 月 18 日(土)「夏の健康講座」
- ◎ 平成 27 年 8 月 22 日(土)★第 4 土曜に変更しています。ご注意ください。
- ◎ 平成 27 年 9 月 19 日(土)「おひさま秋まつり」好評の調理活動です！
- ◎ 平成 27 年 10 月 17 日(土) 10:00～17:00/集合：湊川神社(予定)

『丹波篠山・黒枝豆刈り体験バスツアー(日帰り)』

各月の詳細・お申込は、毎月発行しているチラシによりご確認ください。

チラシは神戸市社協ホームページ、各区の社会福祉協議会等でご覧いただけます

10 月バスツアーについては定員の都合上、早めに募集開始・締切りますのでご注意ください。



～編集後記～

先日、若年性アルツハイマー型認知症をテーマにした映画『アリスのままで』を観ました。本人の仕事、夫の転勤、娘の出産…若年性だからこそ直面する生活課題に対する本人・家族の想いや葛藤が描かれていました。そして、いつまでも感情を感じる力は残っているということを伝えているようでした。最近、様々なメディアで認知症について取り上げられていますが、病気を怖いと思うだけでなく、正しく理解して見守ってくれる人が増えればいいなと思ひます。(あだち)

<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課

〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32

こうべ市民福祉交流センター 4 階

電話 078(271)5316 FAX 078(271)5366

Mail zaitaku@with-kobe.or.jp

URL http://www.with-kobe.or.jp

神戸市社協 おひさま

検索

おひさまだより

神戸市社会福祉協議会では、若年性認知症交流会「おひさま」の定期開催や、おひさまだよりの発行を通して、若年性認知症のご本人やご家族同士が出会い、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.13 平成 27 年 2 月発行

交流会、のぞいてみませんか？～参加者からのメッセージ～

今年度に入って、若年性認知症と診断された方から若年性認知症交流会（おひさま）や若年性認知症特化型デイサービス（おひさまクラブ）について、20件を超える問合せがありました。

問合せまでのルートは、「家族がインターネットで見つけた」「病院で行ってみよう紹介された」、病院の相談員から「介護者が抱え込み、疲れているようで心配。一度ほかのご家族の話聞いてほしい」と紹介を受けることもありました。その内、実際に参加された方は問合せの半数以下でした。日時や場所が合わないという問題もありますが、新しい場所に行くときには少なからず不安を感じるものです。

そこで、参加にふみ出せていない方に実際の参加者の声を届けたいと、兵庫県社会福祉協議会が中心となり、県下の交流会や家族会の情報を集めた紹介シートやリーフレットを作成中です。

おひさまでも、1月の交流会で『交流会参加までに悩んでいたこと、参加してよかった・変わったこと、同じ病気で悩んでいる方へのメッセージ』を書いていたいただきました。おひさまだよりでも一部紹介させていただきます。

<ご本人より>

＊ゆったりしたプログラムでいいと思います。ふみだす勇気はいりますが、まずは第一歩が大切ではないでしょうか。

＊参加することで楽しみが広がっていくのでいろいろ行事を楽しんだらよいと思う。

＊参加することで元気になった気がする（楽しむことで精一杯）

<ご家族より>

＊悩んでいたこと…病気がどのように進行するのか不安

よかったこと…同じ病気を持った者同士が集まれる 場所時間を共有できること

変わったこと…難病ですが、普通の病気だと思えるようになった

「前を向いて、一歩前にふみだす勇気」

＊初めて交流会に出席させて頂いたときは、自立支援の事、精神障害者手帳の事、いろいろある手続きの事が勉強になりました。

＊同じ病気で悩んでいる人なので、他の人には言えない事でもお話ができます。

＊参加するまでが大変だと思いますがスタッフの方がとても優しく、交流会自体の雰囲気がとても温かいので参加すると本人も介護者もすごく救われると思います。本人が抵抗があって参加することを拒むようでも、何とか連れて来て頂けたら上手に対応して下さるので是非参加してみてください。

＊交流会に最初は抵抗あって、参加しにくかった。思い切って参加したところ、同じ悩みを持つ人たちの情報交換等、明るく楽しく過ごせて元気をもらいました。1ヵ月に1回ですが楽しみになっております。

一緒に乗り越えてきた
介護者メンバーのバス
ツアーにそろって参加



＊交流会には色々な知恵や情報があります。「参加」することで色々なしほりから解放され、

新たな気持ちにリセットすることができます。

＊自分ひとりでどうなる事やら、このまま人生終わりかなと思っていたのが、他の人に負けぬよう介護するぞとの勇気をいただきました。

<ボランティアさんより>

＊一人ではないよ認知症。皆で話し合い、力をつけて、同じ病気の人に発信していきましょう

＊仲間がそろそろいろんな話（楽しいこと、悩み）ができて、気持ちがラクになりますよ！

一人で悩まないで、みんなでアイデアを出し合って楽しく過ごしましょう！

掲載させていただいたメッセージからも参加までに色々不安があったのだとわかりました。

同時に、参加してよかったことも読みとっていただけるかと思います。スタッフが事前にお電話やお伺いすることも可能です。悩まれている方がいらっしゃれば、少しずつ、前に進んでみませんか。

『新オレンジプラン』が発表されました。おひさまもがんばっていきます！

1月27日、政府が進める認知症施策として、厚生労働省より「認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で、自分らしく暮らし続ける社会の実現を目指す」ことを基本的な考えとした『新オレンジプラン』が発表されました。

当事者の意思が尊重されるということは、当然ですが大切なことです。今回の施策策定には、当事者団体からの提言も取り入れられました。

おひさまにも、就労中の方、介護保険等のサービス利用をされている方・いない方、お一人暮らしの方など様々な生活環境の方にご参加いただいています。様々な方が集まってくだるからこそ、ご本人・ご家族の生の声を聞き、個別の課題も一緒に考えることができています。すぐに解決につながるものばかりではないですが、個別支援の経験を積み重ね、認知症のご本人やその家族が、本当に必要としているサポートをしていける社会をつくっていけるよう、他機関と連携し交流会の継続、情報発信に努めていこう！と思いを新たにしました。

☆おひさま講習会のお知らせ☆ ～社会保険制度について聞いてみよう～

3月のおひさまは、社会保険労務士の中辻先生をお招きし、傷病手当金、障害年金、失業給付など若年性認知症と診断をうけた方が使える社会保険制度についてお話いただきます。

「どんな制度が使えるの？」「どこで手続きすればいいの？」など、ちょっとした疑問もこの機会に聞いてみませんか？

日時：平成27年3月21日（土）13:00～14:30（予定）

講師：中辻社会保険労務士事務所 中辻 優 様

午前中は、ご家族情報交換会の予定です。講習会のみの参加もお待ちしています。

参加は、2月末頃発行のおひさまのチラシで募集します。



<発行・お問い合わせ先>

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課

〒651-0086 神戸市中央区磯上通3丁目1-32

こうべ市民福祉交流センター4階

電話 078(271)5316

FAX 078(271)5366

Mail zaitaku@with-kobe.or.jp

URL http://www.with-kobe.or.jp

先日 NHK でも特集されていた、認知症のご本人による「認知症当事者の会」。インターネットを利用する方も多く、当事者同士の交流サイト「3つの会@web」も立ち上げていらっしゃいます。認知症のご本人の声や経験の書きこみ、様々な情報が掲載されています。一度のぞいてみられてはいかがでしょうか。



おひさまだより

神戸市社会福祉協議会では、若年性認知症交流会「おひさま」の定期開催や、おひさまだよりの発行を通して、若年性認知症のご本人やご家族同士が出会い、若年性認知症についての理解が広がることを目指しています。

No.12 平成26年9月発行

「また来ます！」が聞きたくて。

毎回終わりの会で、今日はいかがでしたか？と、みなさんにマイクを回します。

ある参加者の方の十八番のコメント「また来ます！」が出ると、待ってました！とばかりに周囲はニヤリ。最近では、このコメントを聞くのがすっかり恒例です。

ドクターとのざっくばらんな情報交換会、口腔ケアやタッチケア等各種講習会に参加し「勉強になった」、また、ボランティアさんの愛情いっぱいのランチに「お腹いっぱい、美味しかった！」、そして、初めて参加された方は「あたたかい雰囲気で来てよかった」と言ってくださいます。

交流会が始まって4年目。メンバーの入れ替わりも見られますが、このあたたかい雰囲気が続いているのは、今まで参加されてきたみなさまが作ってこられたものだからだと思います。

お互いの言葉に頷き、いたわりあう姿は、自然と引き継がれているようです。開始前、ご本人に対し他のご家族が「久しぶり～変わらない？」などと声をかけている様子からもそのあたたかさはうかがえます。

スタッフも、毎回みなさまのあたたかさに触れ、次回もたくさんの「また来ます！」が聞けることを願いながら、今後もみなさまと一緒に交流会を続けていきたいと思っています。



「元気でがんばる！」
短期にも願いを込めて。

若年性認知症交流会「おひさま」会場変更について（お知らせ）

毎月第3土曜日の若年性認知症交流会「おひさま」は、平成26年10月より会場を変更して、下記のとおり開催します。

＜日時＞毎月第3土曜日 10:30～15:00

＜場所＞こうべ市民福祉交流センター（神戸市中央区磯上通3-1-32）



＜アクセス＞

- JR「三ノ宮駅」、阪急・阪神・地下鉄「三宮駅」から 徒歩15分
- 市バス⑦系統「市民福祉交流センター前」の正面
- ボートライナー「貿易センター」から徒歩5分（貿易センター駅から地上への連絡は階段の利用となります）

＜参加費＞茶話会代200円、昼食弁当実費（500円程度）

※昼食等を調理するときは1日500円とします。

会場（集合場所）および参加費はプログラムにより変更することがあります。

毎月の開催チラシにてご案内いたしますのでご確認ください。



初期・若年性認知症特化型デイサービスの開設

平成25年9月より、初期・若年性認知症の方の居場所づくりの取り組みとして試行実施してきた「木曜おひさまクラブ」は、平成26年9月より、介護保険事業に移行し、初期・若年性認知症特化型デイサービスとして新たにスタートしました！

◆◆◆ 初期・若年性認知症特化型デイサービス（愛称：おひさまクラブ）◆◆◆

＜事業所＞須磨在宅福祉センター（神戸市須磨区大田町7-3-15）

＜実施日＞毎週木曜日（祝日含む）10:00～15:30

＜定員＞12名

＜利用対象＞初期・若年性認知症で、要支援または要介護の認定を受けている方

＜サービス提供エリア＞神戸市須磨区 ※家族送迎・自力通所できる場合、応相談

＜プログラム＞健康体操、屋外活動（公園での運動プログラム等）、調理、脳トレゲーム、音楽、地域清掃・ジャンボ紙芝居公演等の社会活動、他

※利用者様同士のコミュニケーション活性化に努め、仲間づくりを支援します

◆◆◆ おひさまカフェ（初期・若年性認知症のご家族のつどい）◆◆◆

デイサービス（おひさまクラブ）提供中、初期・若年性認知症の方のご家族への情報提供、介護者同士が交流を図る場として、「おひさまカフェ」を実施しています。

「神戸市若年性認知症デイサービス・デイケア職員研修」実習実施中です

デイサービス・デイケア職員が若年性認知症の方を支援するうえで必要な情報を提供するため、神戸市主催により、「若年性認知症デイサービス・デイケア職員研修」が実施されています。

研修では、“原因疾患別のサポートのあり方について”をテーマに実施される2回の講義に加え、老人保健施設・青い空の郷（神戸市北区）が実施する若年認知症サロン、または、神戸市社協が実施する若年性認知症交流会おひさま、木曜おひさまクラブのいずれかで、1日実習が行われます。

木曜おひさまクラブで実習された方の感想をいくつかご紹介いたします。

- ・若年性認知症の方のリハビリ意欲には驚きました。また、それを支えるご家族の支え（愛情）があってこそ木曜おひさまクラブだと思いました。
- ・若年性認知症の方は、サービス利用までのハードルが高く、結果、重度化してしまう。早期の利用開始で進行を遅らせ、能力を維持することができるということ。サービスの浸透が必要と感じた。
- ・今回の体験はとても貴重であった。このような場があることを多くの人が知ることが必要だと思う。初期段階での在宅ケアのサポートとして、このような取り組みが広がれば良いと思う。
- ・ご本人のみならず、ご家族にとっても心のよりどころになっている。一般のデイだけでなく若年性認知症デイの必要性も高くなってきていると感じられました。
- ★おひさままでの実習を通じ、デイサービス・デイケアの現場に若年性認知症に対する理解・支援の輪が広がっていくことを期待しています。

＜若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先＞

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課

〒651-0086 神戸市中央区磯上通3丁目1-32

こうべ市民福祉交流センター4階

電話 078(271)-5316

FAX 078(271)-5366

Mail zaitaku@with-kobe.or.jp

URL http://www.with-kobe.or.jp

朝夕涼しくなり、散歩が気持ちいい季節になりましたね。
11月のおひさままでは、日帰りバス旅行を計画中です！
行き先のキーワードは…
「玉ねぎ・橋・オアシス」です。
お楽しみに！



おひさまだより

No.11 平成 26 年 5 月発行

旧おひさまスタッフより

皆さん、こんにちは！田窪です！！

平成 26 年 3 月末をもちまして、神戸市社会福祉協議会での研修が終了となり「おひさま」を卒業することになりました。

福祉としては保育の現場しか知らなかった私にとって「おひさま」で過ごした時間はとてもかけがえのないものとなりました。

皆さんとは短い期間ではありましたが、大変お世話になり、感謝申し上げます。これからも皆さんの健康と会の益々の発展を祈念しております。



最近のおひさまの様子

講習会「よりよい排泄のために必要なこと」

2 月のおひさまでは、講師に「ミニむつき庵・神戸ゆうほう」のおむつフitterで
ある境谷珠乃氏をお招きし、排泄ケアと介護の基礎についての講習会を開催しました。

当日は 14 名の介護者が参加されました。講習会の内容を一部ご紹介いたします。

- 基本的には、できる限りトイレで排泄できるよう支援することが大切
- 道具やオムツを使用する場合には「本人にとってどうか」という視点が大切

オムツを使う場合は・・・

- 一度に何枚も使わない。
オムツ 1 枚と尿とりパッド 1 枚が基本！
- 尿漏れの原因となるので、オムツのギャザーは立てて使用する。
- 交換の際、ごみ袋を使用すると、布団を汚さずすぐ捨てられる。

などのポイントを教えていただきました。

参加者からの質問にもたくさん答えていただき、参加した介護者から「実際に身に着けてみることや、使用方法を目で見ることで日常の使用方法が間違っていたことが分かった」という声がありました。

排泄ケアについて学び、トラブルが解消・軽減されることで、本人が外出しやすくなる、介護者の睡眠時間が確保できる等、少しずつでも生活の質の向上につながればよいと思います。



熱心に受講中です



サンプルもたくさん持ってきていただきました。境谷先生、ありがとうございました。

なお、5 月の交流会では、歯科衛生士さんによる健康講座「口腔ケアについて」を開催予定です。

平成 26 年度 おひさまの活動について（お知らせ）

毎月第 3 土曜日の若年性認知症交流会「おひさま」と、毎週木曜日の初期若年性認知症・定期活動プログラム「木曜おひさまクラブ」の会場である神戸市立総合福祉センターの耐震工事に伴うお知らせです。

【おひさま（毎月第 3 土曜日）】

平成 26 年 9 月の交流会までは、総合福祉センターで下記の通り開催を予定しています。

＜日時＞毎月第 3 土曜日 10:30～15:00

＜場所＞神戸市立総合福祉センター 3 階（神戸市中央区橋通 3 丁目 4 番 1 号）

※10 月以降も交流会継続の予定で検討しております。

活動場所・開催日については、決定しだいチラシや広報紙等でご案内いたします。

【木曜おひさまクラブ（毎週木曜日）】

平成 26 年 6 月より須磨在宅福祉センター内にて下記の通り活動を行います。

＜日時＞毎週木曜日 10:00～15:30

＜場所＞須磨在宅福祉センター（神戸市須磨区大田町 7-3-15）

アクセス：神戸市バス「三ノ井橋」停留所下車すぐ

神戸市営地下鉄「板宿」駅、JR「鷹取」駅下車徒歩 8 分

※平成 26 年度中に介護保険の認知症対応型通所介護事業への移行を予定しています。

移行時期等詳細については調整中です。

～県内の支援情報～

①「若年性認知症支援ハンドブック」改訂

兵庫県作成の若年性認知症支援ハンドブックが平成 26 年 3 月改訂されました。診断前後の支援や、利用できる制度等の情報がまとめられています。下記、兵庫県のホームページよりダウンロードできます。

http://web.pref.hyogo.lg.jp/hw18/hw18_000000117.html



② 若年性認知症の方の就労支援団体が誕生

NPO 法人 COREnnection（コアネクション）が、神戸市長田区にて若年性認知症と診断された方の就労支援および生活支援事業を開始されました。

現在の活動日は第 2・4 木曜日（月 2 回）です。

＜お問い合わせ先＞

NPO 法人 COREnnection

URL: <http://corennection.com>

メール: info@corennection.com

電話: 050-3363-2715

※留守番電話に切り替わりますので、

メッセージを入れてください



③ 神戸市北区で若年認知症デイケアを開始

介護老人保健施設 青い空の郷（神戸市北区）が、平成 26 年 6 月より、認知症の症状が初期から中等度な方に特化した若年認知症デイケアを開始されることになりました。

活動予定は毎週火曜日（週 1 回）の予定です。☆青い空の郷では月 1 回程度で「若年期認知症サロン」も開催されています。

＜お問い合わせ先＞

介護老人保健施設 青い空の郷（担当：土橋氏）

電話: 078-986-3711（平日 9 時～17 時）

住所: 神戸市北区長尾町上津 4663-3

＜若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先＞

神戸市社会福祉協議会 福祉事業課

〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3 丁目 1-32

こうべ市民福祉交流センター 4 階

電話: 078(271)-5316 / FAX: 078(271)-5366

mail: zaitaku@with-kobe.or.jp

URL: <http://www.with-kobe.or.jp>

社会福祉法人 神戸市社会福祉協議会
若年性認知症交流会
おひさまだより

No.9
 平成 25 年 10 月発行

参加されています。
 制作中の紙芝居「かぐやひめ」も順調に作業が進み、仕上がっていく様子を眺めては、「すごいねえ」、「いいねえ」とメンバー揃って自画自賛！
 もちろん、スタッフが一番「いいねえ」を連発しています。

毎月の交流会「おひさま」とは別に、九月から、初期の若年性認知症の方を対象とした定期活動プログラム、「木曜おひさまクラブ」を始めました。「木曜おひさまクラブ」には、七名のご本人とご家族が参加されています。
 活動内容は、ストレッチやラジオ体操、地域清掃活動、模造紙サイズのジャンボ紙芝居の制作、物語の読み聞かせの練習をしています。昔流行った懐かしの曲を歌ったり、若い頃の思い出話をしたり、同世代ならではの会話が弾み、「また来週ね」と声をかけ合い、毎週休まずに

初期の若年性認知症の方を対象とした定期活動プログラム、「木曜おひさまクラブ」を始めました。「木曜おひさまクラブ」には、七名のご本人とご家族が参加されています。
 活動内容は、ストレッチやラジオ体操、地域清掃活動、模造紙サイズのジャンボ紙芝居の制作、物語の読み聞かせの練習をしています。昔流行った懐かしの曲を歌ったり、若い頃の思い出話をしたり、同世代ならではの会話が弾み、「また来週ね」と声をかけ合い、毎週休まずに

<木曜おひさまクラブの様子>



和紙の貼り紙で紙芝居制作中。時間も忘れて熱中しています。



読み聞かせ練習中。呼吸を合わせて音読します。

日時：毎週木曜 10:30～15:00
 場所：福祉福祉センター だちばなデイサービスセンター
 内容：健康体操、地域清掃活動、紙芝居制作・練習
 手作りの紙芝居を持って、保育園等に公演に出かけます！
 第1作目は「かぐやひめ」。公演依頼お待ちしております！



これまで月一回の交流会で行ってきたご本人向けプログラムを通じて、個別の症状に応じたプログラムの必要性を実感し、この度、初期段階の認知症の方に適したプログラム検討の場として、初期若年認知症・定期活動プログラム「木曜おひさまクラブ」を試行実施することとなりました。おひさまクラブの活動を通じて、介護施設の利用には馴染みにくいといわれる若年性認知症の方へのプログラムを研究し、若年性認知症支援のあり方についての普及・啓発に取り組めます。



ラジオ体操も結構本気です！



来週のおやつは、何かなあ〜月

介護事業所スタッフ等、関心のある方々のご参加もお待ちしております。七月のおひさまには、神戸市西区にある「デイサービス なんきんまめ」の皆さまが遊びに来てください、大変賑やかな交流会となりました。なんきんまめの利用者である瀧川さんのギター演奏を聴かせていただき、おひさまのメンバーも一緒に「上を向いて歩こう」を合唱しました。

なんきんまめの皆さまと交流会

七月のおひさまには、神戸市西区にある「デイサービス なんきんまめ」の皆さまが遊びに来てください、大変賑やかな交流会となりました。なんきんまめの利用者である瀧川さんのギター演奏を聴かせていただき、おひさまのメンバーも一緒に「上を向いて歩こう」を合唱しました。



ギターの音色も口笛も、とてもステキなタッキーでした！

「おひさま」の愛称をつけて以来、以前の雨降り交流会が曜のように天候に恵まれていたおひさまでしたが、ついに、ついに、十月・秋の外出プログラムの日にも雨が降ってしまいました。前日からの雨で予定の芋掘りは中止となり、二年前と同じ、有馬散策コースに変更しました。皆さん、芋掘りをとても楽しみにされていたのですが、残念ながら断念しました。それでも、行き帰りのバスの中、有馬散策、レストランでの食事を楽しむことができました。行く先やプログラムが変わっても、気心の知れたメンバーでの外出は楽しいですね。



紙芝居づくりに関わったなんきんまめの皆さま。 (H25.7.20)

時には雨も良いものです…

「おひさま」の愛称をつけて以来、以前の雨降り交流会が曜のように天候に恵まれていたおひさまでしたが、ついに、ついに、十月・秋の外出プログラムの日にも雨が降ってしまいました。前日からの雨で予定の芋掘りは中止となり、二年前と同じ、有馬散策コースに変更しました。皆さん、芋掘りをとても楽しみにされていたのですが、残念ながら断念しました。それでも、行き帰りのバスの中、有馬散策、レストランでの食事を楽しむことができました。行く先やプログラムが変わっても、気心の知れたメンバーでの外出は楽しいですね。



有馬温泉「おね婆」の前で (H25.10.19)

こんな時、どうすれば…??

おひさまに参加されるご家族から、認知症のご本人名義の預金やその他の財産管理等についてご相談されることがあります。そこで、神戸市社協が運営する成年後見支援センター相談員に、「認知症の方の権利擁護に関するよくある相談」について聞いてみました。本人は自宅に一人で行っていることが多く、高額の商品やリフォームを勧められ契約書に署名捺印してしまっ。認知症を理由に取り消すことは出来るか。

十一月一日（金） 西宮市役所で開催される「若年性認知症を理解するための啓発講演会」にて、おひさまの取組について発表することになりました。今後のおひさまの活動の参考となるよう、他団体の方々との情報交換してきます。



「わいっしょ」

〈若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先〉
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
 〒651-0086
 神戸市中央区磯上通3丁目1-3 2
 こうべ市民福祉交流センター4階
 電話078(271)-5316 FAX078(271)-5366
 E-mail : zaitaku@with-kobe.or.jp
 URL: http://www.with-kobe.or.jp

おひさまのプログラム♪

半年前に開始した地域清掃活動も、今ではすっかりおひさまの定番プログラムになりました。
 軍手を着けて、トンケとゴミ袋を手にしたら、皆さん瞬く間にスイッチ・オン！

今日も元気に おひさま・開店！

三月の交流会に書家の砂川雅美さんをお招きして、暖簾づくりにチャレンジしました。
 特殊な墨を使って、皆さんの手型をベタベタ：赤・青・緑、色とりどりの墨を使い、パツ！と元気に開いた手、お行儀良く指を描えた手、大きな手、ふくよかな手、赤ちゃんの小さな手：白い布がカラフルな手型で染められた後、砂川さんに書き入れていただいた「おひさま」の文字はとても力強く、見応えある仕上がりになりました。

参加者の皆さまが、おひさまの暖簾をくぐって会場に来てくださる姿を眺めては、「いいのが出来たなあ」とスタッフも大満足です。
 八月には、再び砂川さんにお越しいただき、オリジナルTシャツを作ります、楽しみですわね！

キメの一字 **喜** !!

H25.3.16

書くトコないやん...



おひさまの暖簾ができました！

大きな筆に、大きな筆紙... 楽しい〜♪



清掃活動の後、とても良い表情です！

ゴミ袋はあつという間にいっぱいになります。
 今後地域清掃は定番プログラムとして継続して取り組んでいきますが、地域清掃以外にも、参加者の皆さんが楽しめるプログラムや、やりがいを感じられる活動を取り入れ、より充実した交流会づくりに取り組んでいきたいと思っています。
 おひさまには、これまで計二十六名の若年性認知症の方々が参加してくださいました。
 初めから継続して参加されている方、一度きりの方、最近になって初めて参加された方、様々な向き合ってきた方、これら様々な方々です。
 そして、認知症の症状もまた、人によって様々です。
 おひさまで行うプログラムに、参加することが難しくなってきたり、ある方であれば、物足りなく感じる方もおられます。
 どんなプログラムに関心を示されるか、どんな表情で参加されているか、スタッフはどう関わることができるか...
 プログラム内容の充実とともに、個人個人に応じた参加の仕方を見極め、適切なサポートをしていくことが大切だと感じています。
 食事の配膳や後片付け、ティータイムの準備等お手伝いをお願いすると、皆さんフットワーク軽く、積極的に引き受けてくださいます。
 生き生きとお手伝いしてくださる姿や、清掃活動を終えた後の達成感ある表情を拝見し、日常生活の中で、若年性認知症の方が生き生きと

活躍できる場面が増えるような取組や働きかけの必要性を感じると同時に、ご本人が、何を大切に思い、毎日をどのように生きていきたいと考えておられるのか、お一人おひとりをより深く理解して接していくことができれば...と感じています。

新旧おひさまスタッフより...

△新△この四月からスタッフとして交流会に参加させていただいています、樺田です。
 交流会開始から毎回参加されているご家族様もいらつしやうとお聞きし、楽しみにされているのだなあと感じました。
 初日の参加から個別の対応をさせていただきましたが、ご本人様に笑顔が見られるような心地よい時間を過ごしていただけたよう、向き合った時間を大切に過ごしました。
 ご本人様がご家族様が少しでもそばに居ないことで不安になられたり、楽しんでる時間の笑顔から、突然不安な表情に変ったりで、何かの思いを感情表現される場面に出会いましたが、これから何度かお会いしたり、ご家族様からの情報や先輩スタッフに学びながら、ご本人様に対応できるよう、一緒に楽しみながら参加していききたいと思っていますのでよろしくお願ひします。
 △旧△皆さんこんにちは、大口です！
 平成二十五年三月末で定年を迎え、神戸市社協を退職いたしました。
 在職中はお世話になりました。ありがとうございました。
 「おひさま」で皆さまからたくさん元気をいただきました、定年まで続けることができました。
 退職後も変わらず元気な気持ちで過ごしています。
 五月には二人目の孫も誕生しました！
 また時間がきたら顔を出したいと思っています。
 また、皆さまとお会いできるのを楽しみにしています。

H23.6.18
 ナナ Farm 須磨にて、

また会いましょう！



三木順子さんとともに♡♥♡



美味しいおやつ、ご紹介♪

三月、ティータイムのおやつに作った「お餅で作るいちご大福」が大好評でした。
 「レシピをおひさまだよりに載せてほしい」とのリクエストにお応えしまして：

- ① 餅をレンジでトロトロになるまで柔らかく
- ② 鍋に砂糖と水を入れて沸騰させ、弱火にしたら餅を入れて、砂糖水と餅がトロトロに馴染むまで木しゃもじでこねる
- ③ 片栗粉をしいた皿に餅を流し入れて四分分に分け、手のひらに片栗粉をつけ、餅の片栗粉がついていない面を上にして手の平に広げ、あんこをイチゴをのせて包む

△材料△

餅：二個、水：大さじ三、砂糖：大さじ一
 イチゴ：四つ、あんこ：適量、片栗粉：適量
 ★いちごの美味しい季節にお試しください★

相談センターが開設しました

平成二十五年六月十九日、若年性認知症のご本人・ご家族、また担当ケアマネジャー等の相談支援を行う窓口として「ひようこ若年性認知症生活支援相談センター」が開設されました。

◇開設日 月々金曜日（祝日除く）

◇電話 〇七八・二四二・〇六〇
 相談センターでは、相談業務の他、本人・家族の会の支援、研修会開催による支援者育成、若年性認知症について周知・啓発活動が行われます。

開設日は、記念セミナーが開催され、講師の小長谷陽子氏（認知症研究・研修大府センター）より、若年性認知症の実態、高齢者との違い、就労と社会資源、大府センターの取組について、お話がありました。

会場では、ご本人・ご家族・スタッフ等、おひさまでお馴染みの顔ぶれも多く見られました。



〈若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先〉
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
 〒651-0086
 神戸市中央区磯上通3丁目1-32
 こうべ市民福祉交流センター4階
 電話:078(271)-5316 FAX:078(271)-5366
 E-mail: zaikaku@with-kobe.or.jp
 URL: http://www.with-kobe.or.jp



沖田裕子さんにお越しいただきました！

おひさまも二年を迎え、参加されている若年性認知症のご本人や介護者の年齢、介護経験も様々です。

毎回の介護者情報交換会では、そんな介護者同士の励まし、先輩介護者からのアドバイス等がたくさん聞こえています。それでもまだまだ、症状や生活が変化する中で、幅広い不安や悩みがポロリポロリ…。

そこで、1月のおひさまでは、ゲストとして、若年性認知症支援に力を入れておられる「NPO 法人認知症の人とみんなのサポートセンター」の代表 沖田裕子さんをお招きしました。

今回は、神戸市社協にある認知症対応強化型地域包括支援センターの専門相談員として、介護者情報交換会で悩みや質問にに応じていただきましたので、一部紹介したいと思います。

【介】：介護者（沖：沖田さん）

特別養護老人ホームってどんなところ？
【沖】：入所先として選ぶ基準は？

【沖】：昔の殺風景な特養のイメージとは、雰囲気も介護の質も変わっている。
選ぶ基準は、施設の新しいより「人」。家族の関わり（家族会があるか）等も聞いてみるのが良い。

【介】：主介護者は妻。子どももいるが、どう関わってもらえばよい？

主介護者以外の家族の関わりは重要。
まず、子どもとの介護参加は「若い」を学ぶチャンスでもある。身体介護を求めているのではなく、イベントやあそびなど、家族として本人と楽しむことをしてもらえると良い。
また、若年性認知症の場合、若くして延命措置や入所について決断しなければいけないケースもある。主介護者が一人で決めるので

【介】：本人が独り暮らしの場合、どう支援すればよいか。

【沖】：認知症状が軽い時期からヘルパー等に来てもらい、生活の様子や変化を確認することが大事。自分が進んでいるか分からないことが不安にもつながる。

【介】：本人はまだ要介護1で出来ることもあるが、介護者の身体状況から、入所を考えるように言われたのだが…。

【沖】：介護ササビスだけでなく、本人の友人や、同じ趣味を持った人のサポートを受けて在宅を続けている人もいる。

【介】：また、初期のアルツハイマー型認知症と診断された中にも、他の病気が要因の場合もあるので身体状態や経過をみての支援が必要。
【沖】：薬を飲み始めてから、身体の傾きや、興奮があるように思う。副作用なのか？

【介】：傾きや興奮は薬の副作用だけではない。漢方が合わず興奮する方もいるので、その場合は医師に相談してみるとよい。
【沖】：傾きはマッサージ等で治る場合も多い。リハビリや、訪問マッサージ、整骨院などもよい。うちの妻は、理学療法士の勧めで枕を変えたら傾きが治った。



自宅でするマッサージとして「金魚運動」を実演！
寝転んでいる人の両足を持って左右にぶらぶら。同様に両手をもつてぶらぶら。気持ちいい〜。
※腰に負担がかからないよう注意してください。



【介】：すごく興奮していた時期があったのに、服薬調整で穏やかで対応しやすい状態になった。

本人にとっては良いのだろうか…？

【沖】：介護者との共同生活を送る中で落ち着いていくことは良いのではないかな。服薬調整だけでなく、落ち着かない時期に、支援者も対応を考え、行動を制限しない時期があったことが、「受け入れられている」という気持ちになり落ち着いたのかもしれない。

：等々。限られた時間の中でしたが、専門的な事からワンポイントアドバイスまで、ご自分の認知症支援の経験や、介護者としての経験や想いから、具体的にお答えいただきました。情報交換会終了後も、茶話会に同席していただき、個別の相談を受けて下さっていました。参加者、スタッフともによいご意見が聞けたと思います。

素敵なボスターができました！

皆さんこんにちは、遠矢美緒です。（写真左）

「おひさま」のボスターを作ろうと、昨年十月の芋掘りツアーに同行させていただきました。

当日はたくさん写真の撮らせていただき、本当にありがとうございました。



平成24年10月20日（土）芋掘りツアーに同行しました。

後日皆さんの写真を一枚一枚確認しながら、誰かをもつて生きていく、っていったいどんなことだろう…？と思いつけました。

今回ボスターに登場していただいたご夫婦とは、私自身年齢が近いこともあり、お二人を包むやわらかな空気がどんな風に育まれたものなのか、その物語までお聞きしたいと思いました。

私は日頃デザイナーとして働いていますが、誰かに何かを伝えようとする時、個人的な物語ほど強いものはないと思っています。

数字やデザインは注意を引いても胸を打つことはありません。

<清掃活動の様子>

皆さん、とっても熱心です。



<若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先>
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話:078(271)-5316 FAX:078(271)-5366
E-mail: zaitaku@with-kobe.or.jp
URL: http://www.with-kobe.or.jp

生きていくことの意味を、もう一度私たちに問いかけてくれるように思います。

「ふたりの物語」

芋掘りツアーの日、車中で写したお二人です。



若年性認知症を知っていますか。

ふたりの物語

爽快♪いい汗流しています！

交流会立ち上げ当初から、ご本人の活動プログラムとして、ぜひ実践したいと考えていた地域清掃活動をついに始めることができました。

ゴミ拾い用のトンクと軍手を用意して、いつでも準備は万端なのに、お天気が雨ばかり…。中止が続いた清掃活動でしたが、おひさま誕生二周年を迎えた昨年十二月、ついに、トンク片手に近隣の清掃に出かけることができました。

皆さん、本当に一生懸命ゴミ拾いに取り組まれています。熱中しすぎて道路に出るしまい、そうなることもあり注意が必要ですが、「楽しみ」として行う他のプログラムとは違った「役割を持つ」ことの大切さに改めて気づくことのできる有意義な活動です。

今後も、定番の活動として継続的に取り組みながら、他にもご本人のやる気や身体機能を活かせる活動を発見し、積極的に取り入れていきたいと考えています。

おひさまだより

No.6
平成24年10月発行

暑い暑い夏がようやく影を潜め、朝夕吹く風に秋の気配を感じられるようになりました。
一日ひと、おひさまの出席が短くなる季節ですが、若年性認知症交流会おひさまは、新しい仲間も増え、笑顔ですくすく成長しております。
最近では、若年性認知症のご本人が十名程度参加されており、ご家族、ボランティア等一般の参加者を含めると三十名を超える方々が集り、大変にぎやかなおひさまです。
おひさまでは、ご本人が参加できるプログラム実施と同時に、別室では、介護者家族が落ちついて話し合えるよう情報交換会を行っています。
ご家族からの近況報告に始まり、医療や介護等の関心事をテーマに情報交換が行われます。
それぞれに、話したいこと、聞きたいことが沢山あって、本当に尽きることなく会話が盛り上がり続けます。
進行するスタッフとしても、「心おきなくお話ししてほしい！こはのための場所なのだ！」と強く思う一方で、ご本人グループが過ごす隣の部屋の様子が気にもなり… オロオロ、オロオロ…
そこへ、「うちの奥さんとこかいなあ、歌もいっぱい歌ってお腹もへったし、そろそろお昼にしませんかあ」と、少し不安そうな表情のご主人が隣の部屋からやって来ることもしばしばです。
思わぬタイムキーパーの登場に、ご家族も思わず「ふふっ」と笑顔で席を立ち、ぞろぞろと隣の部屋へ移動します。
昼食は、いつもご本人グループの手作りです。
たこ焼き、冷やし中華、カレーにお寿し、色んなメニューにチャレン

おひさま、すくすく成長しています！

暑い暑い夏がようやく影を潜め、朝夕吹く風に秋の気配を感じられるようになりました。

一日ひと、おひさまの出席が短くなる季節ですが、若年性認知症交流会おひさまは、新しい仲間も増え、笑顔ですくすく成長しております。
最近では、若年性認知症のご本人が十名程度参加されており、ご家族、ボランティア等一般の参加者を含めると三十名を超える方々が集り、大変にぎやかなおひさまです。

おひさまでは、ご本人が参加できるプログラム実施と同時に、別室では、介護者家族が落ちついて話し合えるよう情報交換会を行っています。
ご家族からの近況報告に始まり、医療や介護等の関心事をテーマに情報交換が行われます。
それぞれに、話したいこと、聞きたいことが沢山あって、本当に尽きることなく会話が盛り上がり続けます。

さて、「若年性」とは言え、参加される方々の多くは、スタッフにとって、人生の先輩ばかりです。ですが、おひさままでの参加者の皆さまの様子を見てみると、「おひさま学級」と呼びたくなるようなほのぼのとした場面に会えることがあります。例えるなら、教室でお友達が過ごしている子ども達の様子を覗いているような気持ちです。
初めて参加される方を「よく来られましたね、よろしくね」と迎え入れる笑顔、辛い気持ちや戸惑う気持ちを話す方の言葉に心を寄せて、何か元気が出る言葉をかけてあげたいと思いついて、自分自身の介護生活の参考になる情報を得ようとして一生懸命な姿勢があります。
おひさまでは、毎回、会の締めくくりに一日の感想をお聞きする時間を持っています。
市外から、認知症のご主人とともに参加されている方は、「最近では、段々と出かけることが大変になってきました。毎回、いつまでこへ参加できるかなあ」と思いながら主人と通ってきています。でも、参加すると、来月まで、また頑張ろうという気持ちになって、帰る頃には来て良かったと思いついて帰っています。」と、心境が話されます。
他の参加者の方々も同様に、認知症のご本人とともに、今の時間を大切に、少しでも外出する機会を持ちたい、できるだけ笑顔で穏やかに過ごしたい、という思いと、進行する症状への対応や介護者自身の心身のバランスの中で、多くの葛藤を抱えながら毎日を生きておられることと思います。

H24.9.16 おひさままつり
にも奥様が入院中の男性を多く見受けられ、介護者ばかりでなく、ご本人も参加されています。



ほのぼの おひさま学級



私達にできることは限られていますが、参加者の皆さまに、「今日も来て良かった」と感じていただけるよう、「いつも心に太陽を」の気持ちで、率直にあなたがいとおひさまでありたいと思います。
毎月交流会を通じて、認知症のご本人との関わりから、若年性認知症の方が活動プログラムに参加する際のサポートのあり方や、ご本人の気持ちや表現していただくための工夫、不安な気持ちを膨らんでしまった時に場を上手に切り替えるためのスキル等々について、スタッフ同士それぞれの気づきを共有しながら、より良いサポートができるよう取り組んでいます。
また、介護者情報交換等の場でお聞きする日常生活の様子から、必要に応じて、居宅介護支援事業所が実施するサービス担当者会議に同席させて頂いたり、障害サービスや権利擁護等各種制度の利用にかかる関係機関との連携や、相談窓口への同行によるサポートを行っています。
若年性認知症のご本人への直接的なケアの充実とともに、進行状況に応じたサービスの見直しや、生活環境の整備がバランスよく図られることの重要性が改めて感じられます。
今後とも、関係機関との連携を図りながら、個別支援に積極的に取り組んでいきたいと考えています。

個別支援に取組んでいます

神戸市社協が実施する若年性認知症交流会も、もうじき九二年を迎えようとしています。

大阪府交野市で、また、来年二月十七日（日）には奈良市で開催される予定です。
神戸市社協からも、交流会を始めとした若年性認知症支援の取組について、支援者情報交換会への参加や、フォーラムでの発表を予定しています。
情報交換会やフォーラムへの参加を通じて、他の支援団体の活動や関係者の取組を参考にして、今後の活動の発展に繋げていきたいと思います。

イベント情報・お知らせ

さて、前回のおひさまだよりでもご案内しました「第六回全国校区・小地域福祉活動サミットin KOBÉ（ひょうご）」が、平成二十五年一月十二日（土）ポートアイランド内で開催されます。

基調講演では、「つながりがひらく未来」社会の価値観に挑む」と題して、湯浅誠氏を講師にお迎えする他、シンポジウムでは、「二つの大震災と地域の未来」と題し、阪神・淡路大震災と東日本大震災の被災地において、地域住民がつながり、未来に向かって歩む取組について語り合います。
また、全国の小地域福祉活動について語り合います。子育て、中高年世代の男性の活躍、障がい者の共生、災害対策、子ども地域見守り、限界集落における取組の他、開催地・神戸における活動を紹介する「さくら☆かがやく☆神戸」等々、十六分科会を設けて、各地域活動団体が発表します。
あなたのまわりの身近な地域で活かせる新しい発見がきっとあるはず！
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

H24.8.16
介護施設の障がい者や高齢者など、ご家族向け講習会を行いました。



イベント情報 その一

若年性認知症情報交換会&取組報告会

まだまだ遅れていると言われる若年性認知症支援ですが、おひさまと同様にご本人・ご家族、支援者の交流を図る場づくりや、その他若年性認知症支援の取組も少しずつ広がっています。
今後の若年性認知症支援が益々活発になるよう、支援団体や関係者が集い、情報交換や各地での取組発表を行うイベントが、十一月十七日（土）に



H24.6.16
冷やし中華を作りました



☆☆☆「あきらめない」まちづくり ☆☆☆☆
2013年1月12日（土）開催
「第6回 全国校区・小地域福祉活動サミット」
in KOBÉ・ひょうご
地域のテカラで、明日を元気に！
～つなげる「まち活」しませんか～
☆☆☆【参加受付 11月30日まで】☆☆☆☆
↓開催要項は下記URLよりダウンロード可↓
URL <http://www.with-kobe.or.jp/summit>
Twitter ID @kouku_summit_6 #校区サミット6
Facebook <http://www.facebook.com/summit6>
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
〈若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先〉
神戸市社会福祉協議会 福祉事業課
電話:078(271)5316 FAX:078(271)5366
E-mail:zaitaku@with-kobe.or.jp
URL:<http://www.with-kobe.or.jp>

おひさまだより

No.5
平成24年6月発行

愛称が「おひさま」に決まりました！

交流会開始から一年半が過ぎ、ようやく会の愛称が決まりました。

特に外出行事を企画すると、雨に降られることの多い若年性認知症交流会ですが、雨の日も曇りの日も、そして、私たち一人ひとりの人生も晴れの日はかりやないけれど、いつも心に太陽を！という気持ちで「おひさま」の愛称を付けました。愛称とともに、皆さまにより一層親しんでいただけの交流会を続けていきたいと思っています。

また、併せて、広報紙も「若年性認知症交流会だより」から「おひさまだより」に変更しました。今後、交流会の様子や若年性認知症に関する情報をお伝えし、多くの方に若年性認知症について関心を持っていただくきっかけにできるようにしたいと考えておりますので、「おひさま」「おひさまだより」とも、よろしく願っています。

二年目の楽しみ♪ これからも…

毎月のプログラムを考える時、昨年と同じ季節に出かけた場所やプログラムを振り返ります。

当日の様子や、参加者・スタッフの様々な表情を思い出し、今年はどんな風にして過ごそうかと二巡目の季節に、企画する楽しみもふくらみます。

今後、夏まつり、行楽シーズンの外出、クリスマス会等、季節を感じられる行事や、認知症のご本人それぞれ個性に応じた個別プログラムを楽しみながら、時には医師やその他専門家



＜2012.5.19＞
昨年も出かけたバラの公園。今年もきれいに咲いていました。

くじめ内科医院の久次米健市医師をお迎えして、来る夏に向け、体調管理に関する講習会と、食事が増えてしまいがちな方にお勧めする低カロリーのおやつ作りにもチャレンジします。

昨秋、「手洗いの歌」を歌いながら、風邪予防についてお話しくださった久次米先生、ユーモアたっぷりのお話が大変好評でした。今回はどのようなお話を聞かせていただけるのか楽しみです。

個別対応とは…そこ重要です！

介護保険事業所では、サービス実施にあたり、個々の利用者ニーズに応じた個別のケアプランに基づくサービス提供が求められています。

中でも認知症の方に対しては、個別対応の必要性が高く、とりわけ若年期の認知症の場合、症状の出方や進行の速さ、体力、その他諸々において個人差が大きいため、より個性性を重視したケアが必要とされています。

これまでに行われた各自自治体等のアンケート結果からも、主に高齢者が利用する介護サービスの現場においては、若年性認知症の方に適したサービスを積み、学んだノウハウを介護サービス事業所等、地域の支援者と共有していきたいと考えています。

交流会参加者にも介護サービスを利用されている方が多く、やはり、ご自分に合ったデイサービスやショートステイ等に会おうまで苦労された方もおられます。

交流会でも、開催の度に個々の参加者について新たな気づきがあります。

毎回、交流会終了後のミーティングで1日を振り返りながら、その日の気づきを今後の交流会や、

その方の日常生活に活かせるよう、スタッフで話し合います。

例えば、交流会の定番プログラム、「散歩」ひとつをとっても、歩くペースはもろろんのこと、周りの景色や会話を楽しみながらるのんびり歩くことが好きな方もおられれば、どこに何をしに行くのか、はつきりとした目的がなく、ただ歩くだけでは散歩を楽しい方等、様々です。

また、同じ方でも、日によって、体調や気分が差があり、毎回同じ方法が良いとも限りません。

認知症の有無に拘わらず、日によって体調や気分には差があるのは当然のことですが、言葉を通じて気持ちを伝えることが難しい方の意向をくみ取るのは、やはり難しいことです。

まだまだ試行錯誤の状況ですが、用意したプログラムに参加者を当てるのではなく、個人個人に合った方法でプログラムに参加するためのサポートができるよう心がけています。

今後、若年性認知症の方がイキイキと参加できる活動内容や、それぞれに合った参加の仕方を見つけるプロセスを積み重ねて行きたいと考えています。

そして、活動プログラム以外の様々な生活場面における個別ケアについても、「認知症」という枠で一括りに捉えるのではなく、原因疾患やその時々での体調、身の回りに起きている生活環境の変化等を踏まえて、認知症の方が心身ともに健康な生活を継続するために必要なサポートができるスキルを磨く必要があると考えています。

交流会スタッフ ニューフェイスです♪

今年度から交流会に参加し始め、4月には王子動物園と中華街、5月には、ご本人と公園や神社へのお散歩にご一緒させていただきました。

初めての日は、緊張していましたが、あたたかい雰囲気ですぐ入っていくことができました。

交流会の日は、ご本人お一人に、スタッフが一名以上ご一緒させていただきます。

外出時、手をつなぎ

4月にデビューしました笑顔が可愛い足立です♪(写真右) よろしくをお願いします。



歩いていけると、ふとした時に笑顔がみられ、私や周りのスタッフも、ほのぼのとした雰囲気でお散歩しています。

スタッフは、ボランティアやプロの介護スタッフもおり、音楽が得意な方の演奏で、外で歌をうたったりもしました。



ロールパンに好きな具を入れて…
美味しそうにランチに、またまた笑顔、笑顔♪

小地域福祉活動サミットの案内

平成二十五年一月十二日

(土)、神戸国際展示場及び、神戸学院大学キャンパスにて、「第六回全国小地域福祉活動サミット」が開催されます。

小地域福祉活動サミットは、住民同士の支え合いを基盤とした生活地域における小地域福祉活動にスポットをあてた全国大会です。

皆さまのご参加をお待ちしております。



＜若年性認知症交流会おひさま お問い合わせ先＞
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話:078(271)-5316 FAX:078(271)-5366
E-mail: zaitaku@with-kobe.or.jp
URL: http://www.with-kobe.or.jp

社会福祉法人神戸市社会福祉協議会 若年性認知症交流会だより No.4 平成 24 年 1 月発行



交流会誕生から一年が経ちました！

神戸市社協が開催する若年性認知症交流会も、平成二十二年十二月の開始から一年が経ちました。月一回、馴染みの顔ぶれに会えることを、また、新しい仲間に出会えることを楽しみに、気づけばあつという間に一年が過ぎました。

開始以後、百九十一名の方に参加いただき、回を重ねる毎に認知症のご本人の参加も増え、最近、八、九十名程度の方が参加されています。

今後、より一層、ご本人と一緒に楽しめるプログラムを工夫して、今年も沢山の方に参加いただけるよう楽しく充実した交流会にしていきたいと思っています。



も、「同じ釜のメシ」を通じて愛情いっぱい心とむ場所作りに励みたいと思います。

さて、前回の交流会だよりでも触れましたが、ただ今、会の愛称を検討中です。

参加者の皆さんに、交流会に参加する時の気持ちを言葉にすると、お聞きしたところ、「ワクワク、ウキウキ、キラキラ、ルンルン」と、パンダの姿が頭に浮かぶ言葉が沢山並びました。

リズムが良くて呼びやすい、覚えやすい！をキーワードに、「あいあい」が候補となりました。

私の「I」、愛情の「愛」、出合いの「会い」、参加者が、それぞれに思う、色々な「あい」を大切に集える交流会という気持ちを表しています。

若年性認知症交流会「あいあい」、「アイアイ」、「[ai]」...

「アイアイ」の次は、おさるさんの姿が頭に浮かびますが、皆さんと相談して、愛着を持っていただける愛称にしたいと思っています。



宮市でも交流会がスタートしました

ご本人が参加できるプログラムとして始めた調理活動も、おやつ作りから、散歩に持って出かけるおにぎり作りになり、今では昼食作りになりました。時に失敗もありますが、どんな時も参加者の皆さんからは「みんなで同じ物を食べると美味しい、ありがたう」と言っていたいています。

ご主人が入院中で、今はお一人でおられる方からいただいた「久しぶりにシチューを食べると美味かった」という言葉や、お母様の介護をしておられる娘さんからの「久しぶりに手作りの家庭料理、美味しかったです」との言葉には、改めて考えさ

まだまだ遅れていると言われる若年性認知症の方への支援ですが、各種制度の狭間にあって相談機関が一本化されていない点や、主に高齢者を対象とした介護サービスの利用に馴染まないことが多々ある点等についての問題も徐々に周知されつつあり、国における若年性認知症支援の取り組みも少しずつ進み始めています。

地域レベルでも、本人・家族の交流の場が持た

れる等、若年性認知症支援の輪が少しずつ広がっています。

私達、神戸市社協が実施する交流会もその一環ですが、平成二十三年十一月、西宮市でも、若年性認知症の方を対象とした交流会がスタートしました。立ち上げの際には、担当のスタッフが神戸市社協の交流会を視察に來られました。

私達も、交流会を始める準備期には、すでに若年認知症サロンを実施していた老健施設・青い空の郷（北区）の他、若年性認知症支援事業の実施機関をいくつか視察させていただきました。

若年性認知症に特化した交流の場は少なく、遠方から足を運ばれる参加者も多いため、今後、より身近な場所での交流の機会が充実していくよう、支援者同士の連携も深めていきたいと思います。

認知症、周囲への告知をどう考えますか

一月の交流会・介護者情報交換会では、家族が認知症であるというこの周囲への告知について話し合いました。

認知症の症状が徐々に進行していく様子に、ご家族は、自分の身に何が起こしたら、認知症の夫は（妻は、父・母は）自分で対応できず、どうやって生きていくのだろうか...という大きな不安を抱えておられます。

認知症の夫と暮らす介護者が、私が急に倒れても、夫は、周囲に助けを求めることも、救急車を呼ぶこともできない、周囲に気づいてもらえないまでの間、夫は自分で食事を摂ることもできない...そのことを考えると胸が苦しくなる、それでも、認知症であることを周囲に伝えることは、夫がかわいそうに思えてできない、と話されました。

情報交換に参加しておられたご家族に、周囲への告知について、お話を聞かせていただいたところ、同席された十一名のご家族の内、六名の方が、周囲に伝えているとのこと、以下のようなエピソードやご意見を聞かせていただきました。

・認知症だと伝えると、親切に接してくれる人が多く、声かけや気配りをしてもいい有り難い。・物音のことで階下から苦情があったが、事情を話したら、同様に介護者の立場だと分かり、「気にしないで」と言ってもらえた。

・親しい友人にのみ伝えている。事情を話していない頃は旅行に誘われても断りづらかった。今は、無理に誘われることもなく、こちらの都合に合わせて、ランチにしよう、と出かけやすいように配慮してくれる。

・夫の同級生が帰りは自宅まで送るから大丈夫！と同窓会に誘ってくれた。参加できた夫も嬉しかった。

・デイサービス等定期的に通う場所があれば、異変に気づいてもらえる。まずは、伝えやすい人に伝える必要はない、まずは、伝えやすい人にだけでも伝えてみてはどうか

・夫が認知症であると実家の家族に伝えたら、両親がとても私（介護者）のことを心配しており、告知して良かったのだろうか...と感じている

・予め周囲に「暫く姿を見かけなかったらよろしく」とお願いしておく

・生命保険の加入状況や必要な連絡先をまとめ、大切な物の保管場所を別居の家族に伝えておく

・水道、ガス等の使用状況による見守りシステムの活用も検討してみてもどうか

・自分が倒れないように、自身の健康に気を遣う

・周囲への告知が、介護者自身の安心に繋がるとわかっていても、簡単にはできない個々の事情や葛藤があることが伝わってきます。

・すぐには解決に繋がる訳ではありませんが、今後交流会では、ご家族同士が本音で話し合える時間をも大切にしていきたいと思っています。

晴れますように



〈お問い合わせ〉
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話078(271)-5316 FAX078(271)-5366
E-mail: zaitaku@with-kobe.or.jp
URL: http://www.with-kobe.or.jp

若年性認知症交流会だより



No.3

平成 23 年 9 月発行

色々なプログラムに取り組んでいます

交流会では、定番の買い出し兼散歩、室内ゲームや体操、工作、音楽等の活動に加え、健康維持につながる歩き方講習会、おにぎり持参の大倉山公園散策、須磨水族園への遠足、フルートや二胡の演奏会、児童館の子ども達とともに和太鼓講習会や夏祭りを行う等、様々なプログラムを実施してきました。おやつ作りから始めた調理活動も昼食作りに発展し、同じ物を食べると親近感が湧く好評です。

これらの多様なプログラムを通じて、参加者の皆さまの様々な表情に出会うことができ、スタッフ同士も互いの気持ちを共有しながら、より良い交流会にできるよう、毎月のプログラムを検討しています。

また、講習会や演奏会の開催時には、多くの講師やボランティアの方々交流会にお越しいただいております。少しでも多くの方に、若年性認知症について、知っていただく機会にもなっています。今後も皆さまに「来て良かった」と感じていただけるよう、充実したプログラムにチャレンジしたいと思います。

大倉山公園散策 (H23.5.21)



外の風に吹かれて食べるおにぎりの味、爽やかなハーモニカの色音♪ どちらもサイコーです！



多くの人に認知症について知ってほしい

交流会では若年期に認知症を発症した方を参加対象としておりますが、高齢化が進む中、認知症の問題は、発症年齢を問わず、社会全体が抱える大きな課題です。まさに認知症の人に出会った時、

心強いサポーターです



交流会にはご本人・ご家族、家族お世話役の他、介護者のつどい等を立ち上げる参考に、ご福祉や介護に従事する方々も参加されていますが、八月と九月には、薬の研究に携わる会社から、認知症のご本人やご家族の視点に立った薬作りを目指す活動の一環として、三名の方がご参加くださいました。

認知症に限らず、疾患を抱える全ての方に共通することですが、認知症のご本人やご家族の一番の望みは、当然のことながら、認知症が完治することであり、医療・薬への期待は非常に大きなものを感じています。日頃、お薬の開発に尽力されている方々の存在を身近に感じられることは、ご本人・ご家族にとっても、大きな希望と毎日を暮らすための支えになるものと思います。

また、私達交流会スタッフにとっても、認知症と薬について学ぶうえで、とても心強い存在です。医療・介護・福祉、様々な立場から、認知症のご本人やご家族が暮らしやすい環境づくりについて考え、取り組んでいけるよう、多くの方々や機関と協力関係を築いていきたいと考えています。

ご本人の声を活かせる会に

開始以来「先月よりも、今月はより楽しく、有意義に！」と、様々なプログラムに取り組んできた交流会ですが、八月の夏祭りでは、あまりにメニューが盛りだくさん過ぎて、会場が熱気で沸騰寸前でした。

そこで、九月は二胡の庵しの音色を聴きながらクールダウンしつつ、ご本人・ご家族のグループに分かれてじっくり話し合う機会としました。ご本人グループでは「もっと交流会を楽しむために、今後の交流会でしたいこと」をテーマに、ご意見をいただきました。



参加者と一緒に輪投げの輪を渡す様です。2011.8.20 夏祭りにて

ハッピーバグやお好み焼きを一緒に作って食べる！

ビールと餃子が良い、と食べ物への希望や、芋掘り、動物園、淡路の花畑に旅行に行く、クリスマスはツリーを飾って、食事はシチューと手作りケーキ、プレゼント交換もしたい！等々、お楽しみイベントの企画も沢山ご意見が出ました。せっかくクールダウンしたところですが、これほど沢山の希望を聞いてしまった以上は、実行あるのみです！

早速、十月の交流会では芋掘りの株に出かけることにしました。空気の美味しい季節、山の空気も、サツマイモの収穫も、お洒落なロッジでの美味いランチも満喫したいと思います。今後、お食事のメニューやプログラムに限らず、ご本人の気持ちに寄り添いながら、ひとつでも多くのご希望を実現していくことができるよう、ご本人の声を傾けていきたいと思っています。

交流会に愛称を

さて、昨年スタートした交流会も、十二月で一周年を迎えます。参加して下さる方も徐々に増え、毎月顔を合わせる仲間同士、少しずつ馴染みの関係ができ、和やかに交流会を楽しめるようになってきたように思います。

各地にある認知症の方々や介護者の交流事業にも、土地の植物に因んだ名前や、会への願いを込めた言葉で、様々な愛称が付けられています。

若年性認知症交流会が、参加者の方々にとって、今後、より身近な存在となるよう、皆さまのご意見をお聞きしながら、交流会の愛称を考えたいと思います。

参加者募集しています

今後も神戸市社会福祉協議会では、毎月第三土曜日に交流会を開催します。

ご本人・ご家族はもちろん、若年性認知症に関心のある方、交流会運営をサポートして下さる方もお待ちしております。



〈お問い合わせ〉
神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話078(271)-5316 FAX078(271)-5366
E-mail : zaitaku@with-kobe.or.jp
URL:http://www.with-kobe.or.jp

No.2
平成23年5月発行

少しずつ仲間が増えていきます

「いつも主人と参加させてもらっています、交流会の帰り道、寂しい気持ちになることもあるんですけど、そんなに言うならひと言……と聞かせていただいた内容をご紹介します。

昨年十二月に第一回交流会を開催して以来、毎月第三土曜日、総合福祉センターに集うように、すでに半年が経ちました。交流会では、工作、室内ゲーム、調理、音楽が定番のプログラムですが、中でも、調理のための買い出し兼散歩は、いつも大人数です。やはり、外の風に出るのには気持ちいいものです。やはり、買い出し班は、スタッフを含めると、時には十数名と大人数になります。ゾロゾロ連なって出かけては、近くのスーパーで、所狭しと目的の品探しに励んでいます。寒い季節は鼻をすすりながら、暖かくなつてからは鼻歌を歌いながら、買い物袋を下げて交流会の部屋へ帰ってくる。皆んなの表情はいつもこやかで、出迎える側も嬉しんで、思わず笑顔です。

皆さん、思い思いの言葉を書き入れました。

「怒らな
多分、」

☆それでええやん
☆怒らない！
☆おにはくそとふくはくうち
☆今年は笑いましょ

☆日々を喜び、日々を楽しみ、日々感謝
☆福よ、来い、来い
心穏やかに、日々を笑顔で過ごせますよう
みんな、共通の願いです。

よ、来い、来い」の気持ちで、交流会にも、とにかく楽しもう！と参加してくださっています。

初めは、ご家族だけで参加されていた方が、回を重ねるうちに、認知症のご本人を連れて参加し

てください。お知り合いを誘って来てくださったり、と少しずつ仲間が増えつつあり、嬉しく思っています。

など思いながら、改めて、先月よりも今月、今月よりも来月、より楽しんでいただける有意義な交流会にしていきたいという気持ちになりました。

おにぎりを作って近くの公園を散歩する予定です。

さて、梅雨を迎える六月の交流会では何をしましょうか？皆さんの姿を思い浮かべながら、翌月のことを考えていると、次にお会いできる日を楽しみにする気持ちいだんだん膨らんでいきます。

(1月)
白玉ぜんざい、カラダが
ぽかぽか暖まりました。

(4月)
焼きそばを作りました!!

(二月)
中身を抜いた卵の殻に着物を着せて、雛タマゴ

参加者のささやき：



交流会に参加しませんか

福祉事業部
TEL:03-3256-1111
FAX:03-3256-1111
www.fukushikyo.or.jp

毎回交流会参加者の皆さんには、アンケートにご協力いただいているのですが、皆さん、大らかな気持ちで、「楽しかった」「おやつが美味しかった」と私たちにスタッフの耳に心地よい言葉が並び嬉しいきりです。

そこでこの度、敢えて、交流会へのご要望をお聞きしてみました。

今後毎月第三土曜日に交流会を開催します。認知症の
ご本人・ご家族はもちろん、
介護サービス事業所にお勤め
の方等、若年性認知症に関心
のある方の参加もお待ちしております。

〈お問い合わせ〉

神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1ー32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話:078(271)-5316 FAX:078(271)-5366
E-mail: zaitaku@with-kobe.or.jp
URL: <http://www.with-kobe.or.jp>



社会福祉法人神戸市社会福祉協議会 若年性認知症交流会だより

No.1
平成23年1月発行



のだな：と感心し、親身になって

熱心に活動していることに感銘を受けました。
家族のような感じで、利用している人は幸せだな：と感じました。

等々のご感想をいただきました。
また、交流会スタッフにとっても、若年性認知症に関する理解を深めるとともに、今後の交流会を充実したものにできるよう、前向きなエネルギーをいただくことができた有意義な時間でした。土橋さん、若野さん、貴重なお話をありがとうございました。

十九名の方にご参加いただきました

第1回目となった今回の交流会には、十九名の方に参加いただきました。



午後にはティータイムで食べるアイスクリームのお買い物方々、近くにある湊川神社をぶらりと散歩しました。比較的温かい日で、外出すると気分も良く、歩道々、鼻歌もふふ。

ティータイムの様子



初回であることに加えて、スタッフを含めると三十名を超える人数でのティータイムとなり、少し会議のような雰囲気になってしまいましたが、日常生活の中で抱えている悩みについて語り、また、介護者が気を抜くことも大切：とお互いを気遣う言葉が交わされました。こういった会に初めて参加されたという家

族介護者からは、「色々な方のお話が伺えて、とても気持ちになりました」とのご感想をいただき、介護を続けていくうえで、同じように介護に向き合う仲間を持ち、介護者自身が力を抜いて過ごせる時間を持つことが大切であることを改めて実感しました。

交流会スタッフより

また、スタートしたばかりの若年性認知症交流会ですが、交流会の場が参加者の皆さまにとって心安らぐ場所となるよう、ほかほかと暖かくて居心地の良い場所にしていきたいと考えております。また、スタッフの特技も大いに活かして、皆さまに楽しんでいただけるよう、音楽あり、運動あり、外出あり：と、プログラムを充実させて、楽しい交流会にしていきたいと考えております。

今後の交流会について

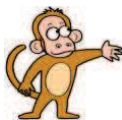
次の交流会は平成二十三年一月二十二日（土）に開催いたします。

今後の交流会は、毎月第三土曜日の開催を予定しておりますが、変更することもありますので、開催案内のチラシ等でご確認ください。

開催案内は、神戸市社会福祉協議会のホームページ「在宅福祉センター」コーナーに掲載する他、各区社会福祉協議会や、在宅福祉センターにチラシを配布いたします。

皆さまのご参加をお待ちしております。

スタッフをご紹介します！



中央在宅福祉センターで、ケアワーカー（介護職員）をしております藤村です。今回の交流会で、若年性認知症を取り巻く厳しい現状を改めて知り、身の引き締まる思いがいたしました。この会がご本人にとって、喜び・楽しみの場に、ご家族の皆さまには、ほっとできる場となりますように微力ながらお手伝いさせていただきたいと思っております。よろしく願いいたします。



長田在宅福祉センター、介護職員の多田久美子です。初回交流会では、お散歩と買い物に一緒にさせていただきました。今後いろいろな企画を考え、小柄なカラダを小回りがせ、少しでもホッとできる場にしていきたいと思いますので、よろしくお願いします。



〈お問い合わせ〉

神戸市社会福祉協議会 福祉事業2課
〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター4階
電話078(271)-5316 FAX078(271)-5366
E-mail : zaitaku@with-kobe.or.jp
URL:http://www.with-kobe.or.jp



・若年性認知症の問題点について良い勉強ができました。
・仕事への支援について、関心を持って聞かせていただきました。
・サロンの課題について知ることで、私たちが参加者も協力していきたいと感じました。
・このようなサポートがある

平成二十二年十二月十八日（土）、神戸市総合福祉センターにて、若年性認知症のご本人・ご家族、支援者、その他若年性認知症に関心のある方が集い、若年性認知症交流会を開催しました。第一回目の今回は、毎月「若年性認知症サロン」を開催している介護老人保健施設「青い空の郷」（神戸市北区）から、作業療法士の土橋光伸氏に、また、若年性認知症サポートセンター「絆や」（奈良市）から代表の若野達也氏にお越しいただき、それぞれが取り組んでおられる若年性認知症支援の現状について、お話を伺いました。

青い空の郷・土橋氏には、若年性認知症について、疾病の基礎知識や、ご本人・ご家族が直面する課題、利用できる支援制度等に関する講義と合わせて、調理やスポーツ、外出等、認知症のご本人・ご家族、スタッフが共に楽しめるプログラムを実施している青い空の郷「若年性認知症サロン」における取り組み内容やサロンが抱える課題についてお話をいただきました。また、絆や・若野氏には、退職前の現役世代で発症することもある若年性認知症の方への就労支援に関する取り組みや、より支援のネットワークを拡充するために行っている行政や地元社協、医師への働きかけの状況についてお話をいただきました。

お二人のお話を聞かれた参加者の皆さまからは、若年性認知症の問題点について良い勉強ができました。仕事への支援について、関心を持って聞かせていただきました。サロンの課題について知ることで、私たちが参加者も協力していきたいと感じました。このようなサポートがある