

正しく知ろう 認知症

Vol.4



発行元：黒瀬地域包括支援センター
〒739-2692 東広島市黒瀬町丸山1333番地
電話：0823-82-0203
FAX：0823-83-2403

こんな時こそ 気持ちを聞き共感することから始めよう

黒瀬町には、認知症の人や家族などが集う「認知症カフェ」があります。

通常は月に1度、昼間に開催しますが、昨年2度に渡り、町内お店の協力のもと、「夜の認知症カフェ（夜カフェ）」を開催しました。そして、夜カフェに参加した方からこんな感想をいただきました。

他者に何かをしてあげたいという気持ちは、誰もが持ち合わせている情感だと思います。

夜カフェは、「話し合う」集いではなく、「聞き合う」集いであると感じました。

社会に対して何かさせてもらいたい奉仕の気持ちは、聞き共感することから始められる。そんなことを夜カフェに参加して学ばせて頂きました。 40代 男性

コロナウイルス感染症の影響で、イベント中止や外出自粛など、先の見えない不安でいっぱいだと思います。

町内の認知症カフェも開催が見送られています。が、「どんなときでもつながりあおう」をことばに、新しい取組みを始めようとしています。

「だれかとつながりたい」という気持ちは、認知症や障害があってもなくても、みんな一緒です。

こんな時こそ、気持ちを聞き共感することから始めてみませんか？

また、黒瀬地域包括支援センターでは、認知症の相談も随時お受けしています。

オレンジボイス 投稿募集中！

認知症に関するエピソードや経験談を募集します。

採用された方は、次回のチラシ（10月頃）に掲載予定です。

▶ 投稿先 黒瀬地域包括支援センター
（郵便・窓口・FAXにて受付）

匿名可

みなさんの投稿
お待ちしております



黒瀬図書館がおすすめする

「こんな絵本、こんな本」

家族の誰かが、

また知り合いの人が認知症になったら…

自分だけで抱え込まない、誰かに聞いてほしい、

そんな時 何かヒントが見つかるかもしれません。

絵本「とんでいったふうせんは」

ジェシー・オリベロス／文 ダナ・ウルエコッテ／絵

落合恵子／訳 絵本塾出版

大好きなおじいちゃんが認知症になっていくお話。思い出をふうせんに例えて認知症をイメージしやすく、とらえ方や向き合い方を教えてください。家族の絆を感じる絵本です。小さなお子さんにもおすすめです。



新潮社 HP より

「ぼけますから、よろしくお願いします。」

信友直子／著 新潮社

85歳の母が認知症を発症、93歳の父が介護する姿を娘である著者がカメラで綴った日々。NHK特番で放送された後ドキュメンタリー映画が製作され大きな反響を呼び本も出版されました。先が見えない暗くなりがちな介護、認知症を知るのではなく認知症で知る家族の在り方を学んだ気がします。勇気も貰えます。

【こちらもおすすめ】

- ・絵本「赤ちゃんキューちゃん」 藤川幸之助／さく 宮本ジジ／え
- ・児童書「おもいではチョコレートのにおい」 バーバラ・マクガイア／作・絵 杉本詠美／訳
- ・「ボクはやっと認知症のことがわかった～自らも認知症になった専門医が、日本人に伝えたい遺言～」長谷川和夫／著
- ・「看る力」アガワ流介護入門 阿川佐和子／著 大塚宣夫／著
- ・「注文をまちがえる料理店」 小国士郎／著
- ・「愛するいのち、いらないいのち」 富士本由紀／著

※まだまだ、沢山の本が図書館にはあります。どうぞ一度ご来館ください。お待ちしております。

なじみの店のあの人も出演！？

黒瀬版いきいき百歳体操

黒瀬商工会青年部が、町内の店主などが出演する
黒瀬版いきいき百歳体操 DVD を作成しました。

動画は、地元の情報を発信するポータルサイト

「黒瀬ナビ」でも視聴できます。

適度に体を動かすことで、心や脳も刺激されます。

日々の健康づくりにぜひご活用ください。



「黒瀬ナビ」では、
「黒瀬で宅配・お持ち帰り
できる飲食店」情報なども
掲載しています。

黒瀬ナビ



で検索！

