kirari yokkaichijin Vol.164

きらり四日市人

認知症カフェ「浜ノ茶屋」
富田在宅介護支援センター

中川渉さん、橋本和佳子さん、髙田美佳さん



認知症カフェとは、認知症をテーマに語り合いながら、出会いと学びが得られる場所です。認知症の当事者、家族、地域住民、介護や医療の専門職など、認知症に関心のある人ならどなたでも参加できます。

認知症カフェ「浜ノ茶屋」を運営する3人に、活動内容や活動に対する思いをお聞きしました。

参加者が気楽に語り合える認知症カフェ

浜ノ茶屋は、平成28年にスタートしました。当時は、認知症カフェ自体が知られておらず、参加者もなかなか集まりませんでした。地道に活動を続けるうちに、地域に広がり、現在では、月1回開催し、25～30人ほどの参加者がいます。認知症に関するミニ講座の後、グループワークなどを行い参加者同士で話をしています。

活動では、当事者、専門職などの区別なく、全員がニックネームで呼び合い、フラットな関係でつながることができるようにしています。

認知症であることを明るく語る当事者も多く、地域からの参加者だけでなく、私たち専門職も、認知症への思い込みや先入観が取り払われました。

活動は地域とともに

参加者からは、「夫婦で参加してみたら、同じような状況の人が、同じような悩みを抱えていることが分かり、気持ちが晴れた」というような感想をもらうこともあります。

参加者同士で話をする以外にも、参加者の得意なこと、やりたいことを取り入れた活動を意識しています。特に浜ノ茶屋では、参加者だけで完結するのではなく、学童保育所の児童を招いて一緒に過ごすなど、地域とのつながりを持てるような工夫をしています。

誰もが暮らしやすい四日市へ

四日市市は、認知症へのさまざまな取り組みが進んでいる、認知症フレンドリーなまちだと感じています。

市内に10カ所以上ある認知症カフェも、それぞれに特色があり、複数のカフェに行く人や、自宅から離れたカフェを選んで行く人もいます。認知症当事者はもちろん、認知症に関心のある人など多くの人に認知症カフェという場があることを知ってもらい、一度足を運んでみてほしいです。勇気を出して一歩踏み出すことが、認知症であってもなくても、暮らしやすいまちにつながると思います。

市内認知症カフェ一覧



地域のこどもたちと交流



秋の遠足での集合写真



お茶を飲みながら楽しく会話

11月放送のCTY-FM「よっかいち　わいわい人探訪！」でも紹介します。（放送時間は裏表紙へ）