

# 丹波篠山市地域包括支援センターだより

Vol. 131 令和2年2月

## ☆情報掲示板☆

### 認知症カフェで、ひとやすみしませんか？

#### 【認知症カフェとは】

認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域の人など、誰もが気軽に参加できる「集いの場」であり、誰もが相談でき、安心して過ごせる「地域の居場所」です。

活動の内容は様々ですが、一般には、認知症の人やその家族同士が情報交換したり、医療や介護の専門職に相談をしたり、地域の人と交流したりします。季節のイベントや手作業の他、歌を歌ったりするところもあります。

#### 【認知症カフェの特徴】

認知症の人やその家族、支援者、地域の人が、誰でも気軽に参加でき、専門職に相談ができることが、従来のサロンや家族会との違いです。

認知症カフェは、認知症の人やその家族が、社会とのつながりを持ち、自分たちの思いを語り合える場です。地域の人々の認知症への理解を深め、支援の輪を広げていくきっかけになります。

#### 【丹波篠山市内の認知症カフェ】

市内ですでに運営されている認知症カフェは全部で5か所あります。

それぞれの開催日については、丹波篠山市地域包括支援センターだよりの裏面にある「お知らせBOX」をご覧ください。

なお、悪天候の場合など、やむを得ず中止となる場合がありますので、ご了承ください。



#### 社会福祉法人 丹波篠山市社会福祉協議会

丹波篠山市東部地域包括支援センター（担当地区：多紀・城東・篠山）

〒669-2545 丹波篠山市小田中220番地2（保健センター内）

TEL 558-0324 FAX 558-0568

丹波篠山市西部地域包括支援センター（担当地区：西紀・丹南・今田）

〒669-2205 丹波篠山市網掛301番地（丹南健康福祉センター内）

TEL 594-3776 FAX 590-1557



## 認知症になっても 安心して暮らせるまちづくり



退職後、妻と一緒に転居してきた A さんにももの忘れが現れ始めて、以前住んでいた家や行きつけの喫茶店、友達に会いに電車に乗って出かけるようになりました。ある日いつもの駅で反対方向行きの電車に乗り、駅で警察に保護されました。このままでは自宅で介護ができないと悩んだ妻はケアマネジャーに相談しました。

「認知症高齢者などの見守り・SOS ネットワーク」の登録を行い家族、民生委員、自治会長、担当ケアマネジャー、地域包括支援センターで日頃の見守り体制の話し合いをしました。今まで地域とのかかわりが無かったため、この話し合いを機に地域に関わるきっかけになりました。

その後、本人が安心する場所として介護保険のサービスも利用しながら自宅で過ごされています。

住み慣れた地域で安心して笑顔で暮らすためには、地域でのさりげない見守りや声掛けがとても重要です。

## 地域包括支援センターの日々の活動をPR

### ～地域包括支援センターインフォメーション～

令和2年1月19日（日）、福住地区総合防災訓練

市内を通る御所谷断層を震源とする震度6の地震を想定した訓練で、およそ260名の住民と関係団体が参加しました。

地震発生後、各地域の公民館から旧福住小学校体育館へ避難する訓練に続き、ひょうご防災特別推進員による講演会、防災ヘリによる救助訓練のほか、煙の体験コーナーや子どもや女性に配慮した避難所展示なども開催されました。

また、陸上自衛隊（青野原駐屯地）の方々による炊き出し訓練、非常食の配布がありました。訓練の積み重ねが日頃の防災意識の向上につながる事をあらためて感じることができました。

災害は自宅にいる時に起こるとは限りませんが、このような機会を通じてそれぞれの家庭でも話し合うきっかけになったのではないのでしょうか。



防災ヘリによる救助訓練

## ☆お知らせBox☆

	と き	と ころ	内 容	問 い 合 わ せ 先
こころの相談日	2月21日（金） 3月27日（金） （第3金曜日） 13:30～	丹波篠山市民センター	高齢者の相談 （主に認知症など） ※要予約	丹波篠山市役所 長寿福祉課 高齢支援係 TEL552-5346
かやのみカフェ	3月22日（日） （奇数月第4日曜日） 10:00～	日置ふるさとステーション （中信城東支店向かい）	認知症介護で悩んでいる人や認知症に関心がある人が気軽に立ち寄れるスペース	丹波篠山市役所 長寿福祉課 高齢支援係 TEL552-5346 東部地域包括支援センター TEL558-0324 西部地域包括支援センター TEL594-3776
ホッと・ひといき カ                    フ                    エ	2月10日（月） 3月9日（月） （第2月曜日） 13:30～	城下まち会館		
たきたきカフェ	2月2日（日） 3月1日（日） （第1日曜日） 10:00～	篠山東ティサービスセンター		
りんごカフェ	2月12日（水） 3月11日（水） （第2水曜日） 14:00～	喫茶店「林檎の樹」 （岡野小学校前）		
カフェやすらぎ	2月13日（木） 3月12日（木） （第2木曜日） 13:30～	古市サービスステーション （西井クリニックの横）		
高齢者・障がい者 権利擁護専門相談会	2月12日（水） 2月25日（火） （第2・4火曜日） 13:30～	四季の森生涯学習センター	高齢者・障がい者の生活上のお困りごとに関する相談 ※要予約	権利擁護サポートセンター 丹南健康福祉センター TEL594-2022
介護セミナー 共催：権利擁護 フォーラム	3月8日（日）	丹南健康福祉センター		権利擁護サポートセンター TEL594-2022 西部地域包括支援センター TEL594-3776