



# 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にはきました。



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 zigyou@with-kobe.or.jp

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