

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ら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、笑顔で終わ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！



いっぱいとれました！！

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～

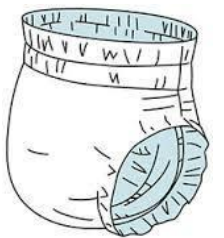
10 月 27 日にデイサービス利用者のご家族が参加されているお



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ことということで、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をしてくれる京都のむつき庵の紹介もありました。



京都むつき庵【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 N P O 法人いね



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！

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♪

＜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

Mai 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♪

