

『いまここカフェ』通信 vol.1



令和2年4月発行 発行元/千葉県若年性認知症専用相談窓口

* 若年性認知症カフェ『いまここカフェ』のご紹介

こんにちは！「いまここカフェ」は千葉県内の若年性認知症の人と家族のためのつどいの場です。

昨年度の「いまここカフェ」では、千葉大学医学部附属病院認知症疾患医療センターの協力を得ながら、ゲームやお料理、おしゃべりを通して交流を深めたり、制度の勉強をしたりしました。何度も参加していただいている方、初めての方、ご本人だけで参加される方、ご家族や支援者と一緒に来られる方など、さまざまです。若年性認知症の人や介護者、支援者との『出会いの場』、外にでたり介護サービスを使うなどの『きっかけの場』、ここで見たり聞いたりしたことは他では話さず、匿名やニックネームでの参加もできる『安心して話せる場』となれるよう、取り組んでいます。

今年度は皆さんからの要望があった「合唱」や「スポーツ」、当事者同士のつながりを大切にした「ピアサポート」も充実させる予定でした。しかしながら、新型コロナウイルス感染症対策のため未定となっています。開催できる状況になることを心待ちにして、今は「いまここカフェ通信」を通して皆さんとの交流を図りたいと思っています。

* 2019 年度の活動

出会いの場

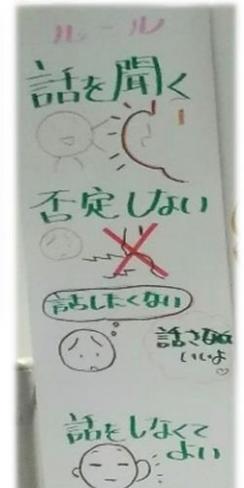
きっかけ作りの場

安心して話せる場

	開催日時	内容	場所	参加人数
第1回	7/10(水) 14:00-15:30	コンビニ商品 de 簡単クッキング	千葉大学病院内	本人(3) 家族(4)
第2回	11/13(水) 14:00-15:30	「いま」の気持ちを話してみよう	若葉保健福祉センター	本人(4) 家族(6)
第3回	12/20(金) 14:00-15:30	糖質オフの簡単クッキング	稲毛区内 地域交流スペース	本人(4) 家族(4)
第4回	1/10(金) 13:00-14:30	オレンジドア丹野さんとランチ会	美浜区内 ファミリーレストラン	本人(4) 家族(4)
第5回	1/30(木) 13:00-15:00	ミニ講話「休職・退職後の過ごし方、経済的なこと」	松戸市内 若年性認知症カフェ「くるみの会」	本人(5) 家族(7)
第6回	2/9(日) 10:00-13:00	就労中の方、配偶者対象。ミニ講話「制度」	千葉そごうワークスペース	本人(2) 家族(4)

「いまここカフェ」のひとコマ

* この「いまここカフェ通信」は、
写真を削除したものです。



* ご家族からのお便り

主人は、スタッフの人柄がとても好きで会うのが楽しみで、いつも参加させて頂いております。私も本人と家族との参加は、分け隔てなくてとても気に入りました。

(本人は普通の人だと思ってます。私もそう見えます。笑)

「クッキング」・「ゲーム」は、はじめてやるものでとても楽しかったです。みんなとうち溶けて話をしやすく楽しくお喋りしました。

「今の気持ち」では、自分が今楽しい事に気付いてなかった事を大切にしようと思いました。

「オレンジドアの丹野さんとのランチ」では、共感する事が多く涙しました。

参加者の方は、みんな明るい方ばかりでした。

いまここカフェの活動をして頂くスタッフのみなさま本当にありがとうございます 【花見川区 KT】

* テーマごとに、外部のスタッフをお願いしています

昨年度、複数回「いまここカフェ」を支えてくださった外部スタッフを紹介します。

今年度は、テーマごとに講師の先生などをお招きする予定です。

- ・ 芦原 正勉さん【ケアマネジャー千葉市内在住 第2,3,5,6回 参加】

コーディネーターさんにお誘い頂き、対話やゲームを持ち込んで皆様と楽しく参画させて頂いています！いまここカフェは「対等な場」がコンセプトです。どんな方でも一緒に出来る事(対話、ボードゲーム)を同じ空間で楽しみたいです。今後とも宜しくお願いします

- ・ 稲田 玲子さん【絵描きが好きなケア食研究家・栄養士 第1,2,3,6回 参加】

「支える人を支えたい」をモットーに、好きな料理や絵描きで活動しています。

毎回「それぞれの想い」「ひとりひとりのお人柄」を感じ、温か〜い感動をいただいています！

* 不安になっていませんか？新型コロナウイルスと ころのケア

大変な毎日が続いています。「コロナ疲れ」など誰もが初めて経験していることですし、若年性認知症の方・ご家族の方はなお不安になって当然だと思います。千葉県若年性認知症専用相談窓口でもお話を伺いますし、ころの不調が長引くなどお困りの際は、下記の相談窓口もご利用ください。

- ・ 千葉県精神保健福祉センター043(263)3893 (平日9:00~18:30、休日・祝日:5月6日まで10:00~17:00)
- ・ 千葉市の方はこちら:千葉市ころの健康センター043(204)1583 (月~金10:00~12:00、13:00~17:00)
- ・ 厚生労働省 SNS心の相談 <https://lifelinksns.net/>

平日(18時00分~21時30分) 土日祝日(14時00分~21時30分)

また、若年性認知症の方・ご家族の方で、今のお気持ちなどを共有しませんか？

「いまここカフェ通信」への投稿もお待ちしています。



千葉県若年性認知症専用相談窓口

TEL 043-226-2601

(月・水・金 9時~15時 祝日・年末年始除く)

FAX 043-226-2738

編 集 後 記

「いまここカフェ通信」創刊号はいかがでしたか？
今後も不定期ながら、発行していきたいと思っております。
皆様のご意見・ご感想をお待ちしております。

【千葉県若年性認知症支援コーディネーター 大沼】