

1月15日

14:00~16:00

認知症の情報交換・予防・相談ができるカフェ

# オレンジカフェ 静岡

毎月第三日曜日

明けましておめでとうございます

今年も「人に優しい社会」を目指して歩んでまいります

NPO法人ヒューマン・ケア支援機構 理事長 松田 純

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

激動の2016年が終わり、新しい年を迎えました。今年世界的にさらに大きな変化も予想されますが、まず、身近なところから、できることをしていきたいと思えます。

ヒューマン・ケア支援機構は、「貢献する心」をよりどころに、人と人との絆を再び結び直すことをめざすという設立の趣旨にそって「オレンジカフェ静岡」を1年前に開設いたしました。お陰様で、静和会様のご協力、静岡市のご支援、そして多くのボランティアの皆さんのお力を賜り、何とか軌道に乗せることができましたようです。

認知症の人が「できることは見守られ、できないことは支えられて、活動的にすごしている」といえる社会が私たちがめざすべき社会です。認知症にやさしい

社会は、支援を必要とするすべての人々にもやさしい社会です。

酉年の「酉」という字は果実が成熟した状態を表しているようですが、「やさしい社会」をオレンジカフェの中にも見出せますよう、今年成熟に向けて歩みを進めて参ります。

本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

上藤美紀代のご挨拶

明けましておめでとうございます。穏やかに新年をお迎えでしょうか？

酉年の人は、親切で面倒見がよく、行動力抜群!という特徴があるとか。酉年の方を見習って、私も楽しく元気な「声のワークショップ」を展開して参ります。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

(声のワークショップ担当・副理事長)

コーヒー  
紅茶  
ハーブティ  
お菓子  
各100円



## ミニ講話 感想

遠藤先生の「やさしく愛すべきケア」

松田先生の「病気であっても健康といえる人生」のお話

田中 和子さん

「オレンジカフェ静岡」に毎回参加させて  
いただき、盛況なことに感心し、嬉しく  
思っています。内容が素晴らしいことです。

特に十一月二十日の遠藤博之先生（たん  
ぽぽ診療所）の講話、テンドー・ラビング・  
ケア（やさしく愛すべきケア）のお話は身  
に沁みました。認知症の人との接し方や、  
重病の老人と生後6か月の赤ちゃんは同  
じにはビックリしました。

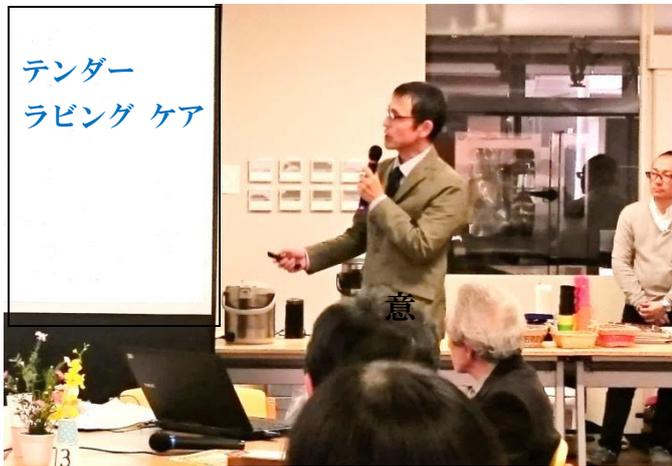
生活習慣病の終着駅は・・・（漢字三文  
字）なるほどね。

生き甲斐には満足感があること。  
高齢になって、認知症予防のためには  
「教育」と「教養」が大事。つまり「今日  
行く」、「今日用事がある」こと。それも自  
分のためよりは「人のため」、「社会のため  
ならもつとよいこと。」

九月十八日の松田純先生の講話では、身

体に支障があってもなんとか日常の生活がで  
きればよしとする。健康と病気の二分法を超え  
る「病気を持っていても健康といえる人生」の  
お話も興味深かったです。

オレンジカフェ静岡で、これからも有意義な



遠藤 博之 先生  
「やさしく愛すべきケア」



松田 純 先生  
「病気を持っていても健康だと言える人生」

義 義

す。一日を過ごさせていただけたいと思いま

す。（田中さんは一回目から参加していらっ  
しゃいます。いつもミニ講話をメモされ  
ていたのです、お願いして感想を書いてい  
ただきました。）



今年もよろしくお願ひいたします

## ボランティアの自己紹介

### ♥由比濱恒三さん

介護度5の家内を3年間介護できましたこと本当に幸せでした。

介護を通じて人は優しくなければ生きていけないことも学びました。「感動と感謝」の気持で一人でも多くの人と接してお互いに笑顔と楽しさのある日々をと心がけています。

志をしっかりお持ちの皆様と共に歩めますこと幸せに思っております。どうぞよろしくお願ひ致します。

### ♥瀧 幸子さん

初めてのボランティアで、オレンジカフェ静岡に参加させていただいています。月に一回、皆さんと楽しく、ほのぼのとしたひと時を過ごさせていただくことができたら、と思っています。音楽と水泳が趣味です。これからもよろしくお願ひいたします。

### ♥松田富美子さん

介護施設で相談員を勤めています。仕事の上で、日頃から認知症の方と接する機会が多いのですが、オレンジカフェ静岡での会話は業務上のコミュニケーションとは違った楽しみがあります。人と人が生(なま)で向き合えるせいでしょうか。自分でもリラックスして話ができ、新しい発見があります。



### ❖青木奈緒さん

高齢者や認知症の方との関わりについて勉強したいと思い、9月から学生ボランティアとしてオレンジカフェに参加させて頂くことになりました。オレンジカフェに来て下さる皆様とお話するのを楽しみにしております。ぜひ、どんなことでもお話ください。よろしくお願ひいたします。

### ❖小笠原和也さん

若者ボランティアです。オレンジカフェでは記録係と、フェイスブックを担当しています。これからは努めて参加者の皆さんのお席に行き、いろいろなお話を聞かせていただこうと思っています。私たち若者は経験がないので、人生の大先輩の皆さんのお話はとても貴重です。よろしくお願ひいたします。

### ❖鈴木皐生(こうき)さん

進路が決まらず暇だったころに誘われ、若者ボランティアとして飲み物準備を中心に手伝っています。人間たいてい自分の居場所が欲しくなるもので、私はボランティア側ですがここに来て一つ居場所を見つけた、とほっとしたのを覚えています。暇そうにしていたらぜひ声を掛けてください。



↑ 飲み物コーナー

### ← 似顔絵ボランティアのコーナー

ボランティアの皆さんはまだ大勢います。これからも順次、紹介して参ります。



↑ 話し合い



↑ 笑いは百薬の長 声のワークショップ 上藤美紀代



会 場 静岡市葵区城東町 34-14

# 城東コミュニティプラザ HapiSpo

会場提供

社会福祉法人 静和会

主 催 特定非営利活動法人  
ヒューマン・ケア支援機構

連絡先 ☎ 090-5620-6070

✉ orange@npo-humancare.jp

## 新年会・1周年記念会

グループで、話し合い、ゲームなどを行いましょ  
う。(自由に参加・移動しながら・・・)

### 話し合い

- ・ 認知症の予防 担当 医療の専門職
- ・ 家族の介護 担当 介護の専門職
- ・ 昔話絵本をきっかけに、  
話に花を咲かせましょう  
担当 上藤美紀代

### 音楽を楽しむ

- ・ 洋楽鑑賞 フランク・シナトラやクロスビー  
「マイウェイ」他、昔懐かしい曲
- ・ 歌を歌おう 童謡・日本の歌唱曲  
(歌詞カードを用意します)

### 遊び・ゲーム

- ・ 福笑い
- ・ カルタ
- ・ 百人一首
- ・ 将 棋
- ・ トランプ
- ・ お手玉
- ・ けん玉
- ・ 紙粘土

