

楽しい話し合い・相談・情報交換ができる認知症カフェ

オレンジカフェ静岡

12月20日 午後2時～4時 オンラインで行います

認知症本人の三浦繁雄さんの今は

仕事と生活と活動で充実の日々

講演とラジオを聴いて 某ボランティア記

三浦さんは牧之原市在住の六十三才。五年前にレビー小体型の認知症と診断されました。症状としては注意力や集中力の低下、また、計算が出来なくなってしまうということがあったようです。薬の量に関しての不安も広がっていったといいます。

「人生をゆっくりすごしてみよう」、そう感じた三浦さんは、勤め先である障害者のための就労支援施設から退職することを決意しました。

しかし、その後、認知症当事者によるワークショップに参加したり、ブログを読むうちに、再度就職したいと心に決めました。そして、自分が持っていた認知症に対する偏見に気付くことも出来たといいます。

三浦さんが再就職先として巡り会ったのがお米屋さんです。面接の際には、自身が認知症であることを隠していました。認知症を職場で公表したのは働き始めて半年程たってからだといいます。それでも三浦さんは、店主の理解のある対応や、リストメモを活用するなどといった工夫によ

って、現在の仕事に心地よい疲労感と達成感を感じることが出来ているといいます。

「自分からハードルを下げてはだめだよ」というワークショップに参加する仲間の一言が三浦さんを動かしたのです。

生活においては、レビー小体型の特長によって紙オムツの使用が必要となっていたそうです。

また、スマホのアプリが大きな助けとなっていました。認知症に対するイメージを変え、偏見を払拭したいと語る三浦さんは、次のような前向きで力強いメッセージを送ってくれました。

「認知症だからといって何もできないわけではない。できる事もたくさんある。そして、周りの人に支えられるのではなく、共に生活を歩んでいきたい」と。

この記事が三浦さんの思いとともにあれば幸いです。

三浦繁雄さんは、静岡県の認知症本人「希望大使」として認知症のことを多くの人に知ってもらおうと活躍されています。また、オレンジカフェ静岡のボランティアとしても活躍いただいています。とても明るく優しい人です。十一月にあった静岡市の講演と、ラジオを聴いて記事を書きました。

オンライン講習会のお知らせ

今年もあとわずか。皆様いかがお過ごしでしょうか。オンライン・カフェでご存知ですか？自宅にいながらスマホやパソコンのカメラを使って、多くの人と会話をすることができる、インターネットを活用した交流会です。とても楽しいのですが、どのように参加すればよいのか、疑問に思う方も多いと思います。そのような方々に向けた講習会を開きます。会場にパソコンはありません。パソコンをご利用の方は手ぶらで、スマホをご利用の方は持っていらしてください。自宅からアクセス練習も可。二〜三度目の方も大歓迎です。

- ・ 十二月十六日（水） 十四時〜十五時半
- ・ 十二月十八日（金） 九時半〜十一時

お申し込みは、事前にメールか電話でお願いします。

オンライン・カフェ参加の申し込み

二十日（日）二時〜四時にオンライン・カフェを行います。

参加をご希望の方は、十八日（金）までに、メールで申し込んでください。

当日までに、Zoomのご案内とパスワードをお送りします。

※毎回、看護師、ケアマネ、社会福祉士、介護福祉士、臨床心理士等が参加して一緒に語り合い、皆さまからの質問や相談に応じています。オンラインの中で他の人とは別に二対一で相談ができます。ご希望の方はカフェで申し込んでください。

アコーディオンの伴奏で歌を歌いましょう

今回のオンライン・カフェではアコーディオンの伴奏で、童謡や小関裕也さんの歌を歌います。歌うこと、声を出すことでストレスが減ってすっきりすると、参加者の皆さんに好評だった合唱です。伴奏してくださるのはおなじみの望月保夫さんです。

- ・ 冬景色（さ霧消ゆる） ・ ペチカ ・ たき火
- ・ 雪やこんこ ・ お正月（もついくつ寝ると）
- ・ 見上げてごらん夜の星を ・ ふるさと
- ・ 長崎の鐘 ・ 高原列車は行く ・ 栄冠は君に輝く



望月保夫さん

城東町内会理事
アコーディオン協会
顧問

SBS ラジオ 日曜の夜 7時から 三遊亭鳳楽の歌謡曲サンデーリクエスト

元 SBS アナウンサー・当 NPO 法人事務局の上藤美紀代さんが、この番組で師匠のお相手をつとめています。今だからこそラジオの魅力を見ようではありませんか。師匠と上藤さんの掛け合いがとても軽妙で、幅広いリクエストにより流れる曲は懐かしく、また、なじみのないジャンルへの興味を誘ってくれます。日曜の夜はラジオで楽しく過ごしましょう。リクエストしてみませんか？（SBS ラジオのHP に案内があります。）



会場 静岡市葵区城東町 34-14

城東コミュニティプラザ HapiSpo (ハピスポデイ和かな)

会場提供・共催

社会福祉法人 静和会

主催 NPO 法人
ヒューマンケア・支援機構

連絡先 ☎ 090-5620-6070

✉ orange@npo-humanicare.jp

お知らせ

一月は、絵本作家たたらなおきさんのお話を伺います。新年は、たたらさんをお招きして、「十二支の話」や「今川義元ものがたり」で、楽しく過ごさせていただいています。来年は何のお話か、とても楽しみです。

- オンライン・カフェのプログラム
- 一、歌
 - 二、「ご希望により次のグループで
 - ① 認知症についての話し合い
 - ② 認知症の「家族等の話し合い
 - ③ 好きなことなどの話し合い
 - ④ 上藤さんに絵本の朗読を学ぶ
 - ⑤ 相談（1対1でも）
 - ⑥ その他、「ご希望があれば」