

楽しい話し合い・相談・情報交換ができる  
**オレンジカフェ静岡**

8月20日 午後2時～4時

毎月第三日曜日

8月の  
 ミニ講話

「いまを生きる」  
 さとう みき さん  
 おれんじドア はちおうじ代表

はじめまして、さとうみきと申します。

私は二〇一九年に若天性アルツハイマー型認知症と診断を受けました。当時はまだ四十三歳で、息子は高校二年生でした。そんな息子には生まれつきの発達障害の診断を二歳のとき、夫の転勤先であった、現在の牧之原市で受けておりました。

私が最初に異変に気付いたのは、ガスの点検のAppointmentの時でした。以前だったら、あの時に電話で約束をしたのだ……。そんなふうには思い返すことができていた記憶がすっぽりと抜け落ちていることが重なりました。そして、たまたま若天性認知症を患う主人公のドラマを見ているとき、自分と重なる部分が心配で受診し、診断に至りました。

が、「私の人生は終わるのだ」。そんな絶望感と孤独感から、半年余り閉じこもった生活を送っておりました。しかし、活動する当事者や地域のために頑張っている支援者の方たちとの出会いから、再び前を向く希望を与えていただきました。

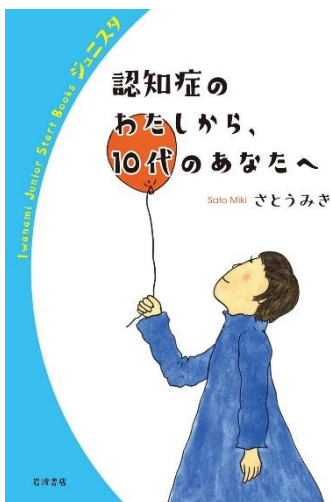
診断を受けてから四年が過ぎ、体調や気持ちにも波はありますが、前を向いて一歩一歩進んでいくことが一番の薬でした。今年二月に頸椎の手術をした時も、もう駄目だと諦めかけたこともありましたが、たくさんの支えの中で再び生きる希望と、仲間とともに、認知症とともに「いまを生きる」ことを誓いました。

二〇二二年十二月岩波書店より「認知症のわたしから、10代のあなたへ」を出版。子供たちだけでなく、親御さん、専門職のみなさまに読んでいただいております。



プロフィール

東京都在住。  
 おれんじドア はちおうじ代表。  
 認知症と向き合い葛藤する日々を経て、現在は当事者同士のサポート活動のほか少しずつ情報発信を行いながら、夫と大学生の息子、犬とともに暮らしている。



今月は会場とオンラインの開催になります。

オンラインからも参加できます。

会場参加希望の方は、開始時間の二時までに、会場である城東コミュニティプラザ・ハピスポまでお越しください。申し込み不要です。

新たにオンライン参加希望の方は、八月一日（金）までに下記メールアドレスにお申し込みをお願いします。遅くとも前日までは、オンライン・カフェのZOOMのアドレスと、ミーティングのパスコードをお送りします。

参加者のみなさまへ

- ① 発熱、体調不良の場合は参加をお控えください。
- ② 熱中症が心配される時期になりました。各自水分のご用意をお願いします。
- ③ 参加料（100円）ご用意をお願いします。

### 今後のオレンジカフェ予定

令和5年9月17日（日）

ミニ講話 宇佐美 誠也 さん

ハピスポデイ和かな 作業療法士

※9月は「かけこまち七間町」での開催となります。



令和5年10月15日（日）

ミニ講話 遠藤 博之 先生

たんぽぽ診療所 院長



会場の写真

### カフェのプログラム

一、ミニ講話 さとうみきさん

質疑応答

二、座談会 さとうみきさんを囲んで

声のワークショップ 上藤美紀代さん

個別相談（加藤美樹さん）

※ミニ講話後は、座談会と声のワークショップに分かれます。座談会はハピスポ二階交流ホールで行います。

### 今月の相談担当者

今月は城東ケアプランセンターから、加藤美樹さん（主任ケアマネジャー、介護福祉士）が城東ハピスポにいらして、相談にのってくださいます。

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 社会福祉法人静和会

共催

NPO 法人ヒューマン・ケア支援機構

社会福祉法人静和会

連絡先 ☎ 090-8731-7647

✉ orange@npo-humancare.jp



バス：静岡駅北口、5、6番からのすべてのバスで横内町静岡学園前または巴町下車。徒歩5分