



毎月第3日曜日さくらカフェにて開催中

西柴版：認知症カフェ

「さくら茶屋」では開設以来、高齢化に対応した様々な取り組みを行ってまいりました。簡単な経緯は左下の表に記述しましたが、6年間が経過した現在、より住民同士の支え合いが必要な環境となってまいりました。そこで昨年からはじめたのが「認知症カフェ」（毎月一回開催）です。ここでは、今月の「カフェ」開催の案内と、先日実施した認知症問題での講演会内容を紹介致します。

【さくら茶屋・認知症問題の取り組み経緯】

2011年6月～

- * **まずは認知症を学ぶことからはじめました**
5回連続の学習会（認知症予防、健康体操、早期発見と対処、手術で治る認知症など）
6月（23名）、7月（24名）、8月（25名） 9月（69名）、11月（74名）
- * **学んだ内容を継続した活動にしよう**
学習会参加者を中心に「ぼたんの会」を作り体操や物づくりなどの催しを現在も開催中
- * **合わせて、各種イベントを開催**
介護者の集い、各種身体のケア、健康体操、折り紙教室、ポールウォーキングなど
2012～2014年 各種学習・講演会開催
- * **認知症だけでなく高齢者問題も学習**
認知症の理解と援助、終活・相続・遺言など
12年10月（76名）、11月（60名）、2月（62名）
- * **認知症サポーターの育成に取り組む**
学習講演会を実施し30名のサポーター養成
- * **認知症の実例（映画）、介護施設、脳トレの実践講座などの学習も行う**
13年12月（23名）、14年7月（24名）、10月（75名）
- * **自由テーマの「おしゃべり」サロン開始**
行政書士さんのアドバイスをいただく集いを毎月開催することにしました
2015年認知症カフェの取組開始
- * **15年3月「認知症カフェ」をテーマに講演会**
82名参加で、31名が参加協力を申し出るその後、区役所高齢支援課、地域包括センター、自治会役員や地域の民生委員、民間のケアセンターや福祉団体の方々に協力を依頼
3月、4月「カフェ開催」の検討会議を実施
4月 いずみ野にある「認知症カフェ」見学
5月 「カフェ」スタッフの研修会実施
6月 さくらカフェ「オレンジデー」と名付けて「認知症カフェ」を開催
- * **その後原則、毎月第3日曜日前中開催中**



川崎幸クリニクの臨床心理士・稲富正治先生から「認知症と老年性うつにつ

いたで、の講演をしてきた。た。きました。の身内の実例なども交えてのお話だけに、大変分かりやすく参加者がその都度うなづくお話しでした。高齢になるにつれ、身体的・精神的・社会的な「喪

失感」が増大し、「うつ感情」が強くなること。認知症の大きな症状は、身の回りのことを自らの意志で行うことが困難になること。認知症者は、孤独感、恐怖感、うつ感情、焦燥感、不快感があることを理解して接することの大切さ。心の健康のために必要なことなどについて説明されました。当日は春一番が吹く大荒れの天気にもかかわらず、46名の方がこの講演会に参加していただきました。実践的な話が聞けて良かったです。楽しかった等の声があ

「認知症と老年性うつにつ

「認知症」と老年性うつ

臨床心理士の講演内容から

オレンジデー、3月20日

原則、毎月第3日曜日の午前中、「さくらカフェ」で「オレンジデー」と名付けた認知症カフェ（喫茶あり）を開催しています。3月は20日十時から、認知症の方、ご家族の方、関心のある方などに参加をおすすめしています。行政書士やヘルパー、看護師さんなどの参加もありません。お気軽にご参加下さい。

子どもに季節感を贈りたい

「さくら茶屋」では、四季折々の季節を子どもたちに感じてもらうようと、毎年いくつかの子どもイベントを実施しています。

これらのイベントは、小学生や幼稚園児のお母さんたちがすべて企画運営にあたります。雛祭り、端午の節句、七夕、ハロウィン、クリスマス・・・、冬どんどんヒートアップすると「お母さんのための催し」とも思えるほどの盛り上がりを見せますが、最後は子ども達の笑顔にみんなが満足するというイベントになっています。

この3月は「ひなまつり」です。思いのお雛様を手作りし、紙芝居をみたり、童謡を合唱したり、茶屋のスタツフが作ってくれるキーキやデザートをいただきます。参加申込みは「さくら茶屋ホームページ」からです。3月上旬開催のため、定員超過の恐れもありますがお問い合わせ下さい。



お雛様を飾ったらおやつです
3月2日(水) 15時~
さくらカフェに集合です
参加費 **お一人300円**
定員**36名**(申込順です)



年内の催し

サンタからの贈り物

ハロウィン街歩き風景

思いを短冊に

兜を作って記念撮影

隔月イベントなどのお知らせ

■ **東北支援・海産物焼き物** 隔月ごとに実施してきた店頭での海産物料理提供、この3月はありません。次回は初夏ごろを予定しています。

■ **発達凸凹児・親の会** 隔月実施です。3月14日(月)10時半から開催します。参加ご希望の方は「さくら茶屋」までご連絡下さい。

■ **パソコン講座** 3月28日(月)実施します。講座は2月と同様の内容を予定しています。2月に受講できなかった方を中心に募集します。



■ **レンタルボックス** 地域の方が制作した小物などを販売する小箱ショップ。ボックスは3ヶ月単位の貸出で、次回は4月~6月、募集締切は3月16日です。

「3月のポールウォーキング」も土曜日の午前中開催

3月のポールウォーキングも、毎週土曜日の午前中「さくら茶屋」前に10時集合して、西柴近辺を1~2時間ウォーキングします。

3月は5日、12日、19日、26日(すべて土曜日)です。初めての方も大歓迎です。皆さん一緒に楽しくウォーキングしましょう。



< ほっとサロン3月の催し >

介護者の集い <アキ薬局内にて開催>

◆3月2日(水)10時~

おしゃべりカフェ <さくらカフェにて>

◆3月16日(水)10時~

行政書士さんを囲んで自由テーマでおしゃべり

お顔のエステ & 眉毛カット

<アキ薬局内にて開催>

◆3月28日(月)10時~12時

エステ10分1,500円、20分2,000円です
眉毛カット500円、メイク200円となります
カット500円、メイク200円をご用意下さい

ハンドトリートメント <アキ薬局内>

◆3月11日(金)、25日(金)10時~

材料費代として500円をご用意下さい

整体・健康教室 <アキ薬局内>

◆3月15日(火)10時~ 予約が必要です

資料代などで500円をご用意下さい

折り紙教室 <さくらカフェにて開催>

◆3月7日(月)10時~ 月一回となります

材料費はご負担下さい

有賀体操 <西柴団地自治会館にて開催>

◆3月4日(金)10時~11時半

参加費無料、お気軽な服装でお出かけ下さい

ぼたんの会 <西柴団地自治会館にて開催>

◆3月25日(金)10時~

参加費300円、お茶とケーキがでます