発行日:令和２年１２月吉日　発行人:熱田区いきいき支援センター

あったか熱田

NEWS
〈第10号〉

わたしが 認知症カフェに 参加する理由

名古屋市に認知症カフェが誕生して五年余り。熱田区内では今年度一か所オープンし、十二か所になった。様々なカフェがある中、認知症サポーターが重要な役割を担うカフェがある。どんなきっかけでボランティアを始め、続けているのか。「カフェぬくもり」で活躍する二人に話を聞いた。

ボランティアを始めて5年

新型コロナウイルスの感染状況が少し収まった十月、くらしのセンター（熱田区六番）で「カフェぬくもり」が再開した。

「家の中にずっと閉じこもっていては、足腰が弱ってしまう。認知症状も進んでしまう」。危機感を抱いた担当者が感染防止対策を徹底して再開に踏み切った。

ボランティアとして参加しているのは、鈴木実知子さんと榊原恵子さん。もう五年近くカフェを支えている。

鈴木さんは当初、参加者だった知人に声をかけられた。「コーヒーやジュースを運んでくれる健脚な人を探しているの」。趣味がテニスで、脚には自信があった。

初めてのボランティア。少し緊張して認知症カフェに参加してみると「私にとって今までにない居場所だった」と話す。

カフェぬくもりでは、九十歳を超えた参加者がお菓子作りの腕前を生かして、クリスマスにケーキを焼いてきたり、もの忘れの進んだ参加者が得意の歌を披露したりして、カフェを支えている。催し物も、体操や演奏会、江間医師（クリニックレインボー所長）のミニ講話などが好評で「参加して得るものが大きい」と。

ボランティアを始めて数か月後「司会をお願いできませんか」と打診された。大勢の前で話すのは初めての経験。「榊原さんが居たから」思い切って引き受け

参加者と一緒に脳トレプリントに取り組む鈴木さん

【認知症サポーターとは】
認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を、地域や職場で見守り、支える人です。

参加者が“得意”を生かしてカフェを支える

「大丈夫だよ」と声をかけてくれる人がいるといい

司会をつとめる榊原さん。
豊富な話題で、参加者を楽しませる。

た。今では企画の段階から参加し、なくてはならない存在となっている。

一方、榊原さんは十年以上、介護をした経験を持つ。人一倍きちんとしていた母親が脳出血を繰り返し、認知症状が進んだ。要介護5。すぐに受け入れてくれる施設はなかった。大声で品のない言葉を発する姿を見て、何度も涙を流した。「情報不足でパニックだった」と当時を振り返る。

「看ている人に『大丈夫だよ』と声をかけてくれる人がいるといい」。長年、母親の介護をしてきたからこそ、家族の気持ちがよく分かる。「今の人はこういう場（認知症カフェ）があっていいな」と。

鈴木さんと榊原さん。二人はこのカフェで初めて出会った。今では息がぴったりの"相棒"だ。「二人でやれてよかった。心強い」「参加者も尊敬できる人ばかり」。

認知症カフェを再開するにあたって、二人は事前に担当者から相談され、意見を求められた。鈴木さんは「大切にされていると感じ、うれしかった」と。

カフェぬくもりの担当者は居宅介護支援事業所クリニックレインボーのケアマネジャーさん。ちょっとした心遣いが、鈴木さんたちのモチベーションを引き上げる。

認知症カフェで新たな出会いがあり、役割をみつけた人がいる。ステキな人に引き寄せられ、ステキなカフェが誕生する。

くらしのセンター カフェぬくもり

船方学区　☎652－3011

- 実施日：毎月第２火曜　10時-12時
- 場所：くらしのセンター４階（六番二丁目16-19）
- 参加費300円

※新型コロナウイルス感染防止のため、現在は事前予約が必要です。

認知症の方が住み慣れた地域で
自立した生活ができるよう、
仲間づくりや生きがい支援、
介護する家族の負担軽減、
認知症状の悪化予防、
地域住民への啓発等を目的として、
誰もが集まることができる居場所が
『認知症カフェ』です。

熱田区いきいき支援センター（本センター）☎ 671-3195　FAX 671-1155
（分室）☎ 682-2522　FAX 682-2505