

ふれあい豊田

発行・編集 豊田地区社会福祉協議会
豊田地区地域支えあい連絡会
TEL 045-864-5144

第44号



認知症の人が安心して共に暮らせる地域を！

認知症になっても大丈夫！！



高齢化社会が進むと切り離すことができないテーマが認知症です。認知症の最大の要因が加齢であることから、超高齢化社会で暮らす我々にとって誰もが認知症になりうる、つまり認知症は他人事ではないと言うことです。

厚労省のデータでは、2025年には高齢者人口の20%に当たる約700万人、高齢者の5人に1人が認知症になると推計されています。そのような中、2023年6月14日、参議院で認知症基本法案・・・認知症の人でも尊厳を持って社会の一員として自分らしく生きるための支援や認知症予防のための施策を定めるための法律・・・が可決されました。

一方、世界では現在5,500万人を超える人々が認知症を患っており、毎年新たに約1,000万件の認知症例が発生しているとの報告があります。

そこでWHOでは9月をアルツハイマー月

間と定め、9月21日をアルツハイマー（認知症）を考える日（アルツハイマーデー）として認知症への理解を深めるための様々な取り組み（啓蒙）を実施しています。

豊田地区では、福祉保健計画を推進する中で、ケアプラザやキャラバンメイト（認知症サポーター）の皆さんと連携して認知症に対する理解を深めるための出前講座や、映画上映などの活動を行っています。

又、地区内3箇所（長沼コミュニティハウス、NPO法人 積み木、ひかりが丘自治会館）に月に一度、認知症の人や、そのご家族、地域住民、介護職員など誰もが集える場を設けています。

認知症を患っている人が私達の周囲の何処に居ても共に安心して暮らせるようお互いに見守り、支えあう地域社会の実現を目指しましょう。

2023年度世界アルツハイマーデー標語

もっと知ろう もっと語ろう 認知症

豊田地区地域福祉保健計画目標

豊田地区地域支えあい連絡会を通じて、計画の推進をしています。



みんなで声かけ・見守り・支えあう・・・誰もが安全・安心で暮らせるまち豊田

ひまわりカフェ 訪問記



ひまわりカフェは第2木曜日の13時30分から長沼コミュニティハウスで開催されています。参加費は100円でコーヒーとお菓子が出ます。

訪問当日は、かいがら坂薬局の肥後さんをお招きして意外に知らない最近話題の「带状疱疹」についてパワーポイントを使ってのお話を伺いました。「带状疱疹にならないため

に」「免疫力を上げる食材ベスト10」など高齢者にとっては関心のある興味深いお話で、普段知っているようで意外に知らないことが多いことに気づかされ、特に带状疱疹後神経痛にならないための免疫力アップについての習慣クイズではあちこちから質問が飛び交いおおいに盛り上がりました。



オレンジカフェ ここね 訪問記



オレンジカフェ ここね(心音)は第1月曜日、13時30分から積み木(本郷台)で開催されています。

参加者は300円の会費を払ってコーヒーとスタッフ手作りのケーキをいただきます。訪問当日は、テーブルを囲んで、スタッフの方に教わって折り紙を楽しんでおられました。

何度もやり直しながら次々と折り紙で折った百合の花が出来上がっていきます。笑い声の絶えない時を過ごしたのち、愛唱歌集が配られ、スタッフのハーモニカに合わせて「夏は来ぬ」など5曲を合唱してお開きとなりました。あっという間の楽しい2時間でした。



ひかりカフェ 訪問記



ひかりカフェは第2金曜日13時からひかりが丘自治会館で開かれ、毎回20~30人の方が来ておられます。

会場ではコーヒー豆を挽くところから始めるので開催日の13時頃になると会館から芳しいカフェの香りが周囲に漂ってきます。訪問当日は豆から挽いた美味しいコーヒーをいただきながら認知症介護経験者からお話を伺いました。

奥様が認知症と診断されてからの葛藤、そ

の病状を近隣の方に話すことによって得た気持ちの落ち着き、得られた人々の助力、そして奥様には出来る家事を続けてもらったことなど貴重なお話しでした。「この体験談が介護体験者として人々の参考になれば」との強いお気持ちを感じ取りました。

ひかりカフェは「安心して集え、気楽に話が出来る、相談の出来る場」との最初の思いを大切にしたいとのことです。



COCOMIMI ~誰もが生きやすい地域に~ MOKUの夏祭り

MOKUの夏祭り・・・7月22日10時~13時・・・にCOCOMIMIからメンバーがお手伝いで参加しました。

このお祭りは地域活動支援センターegaoと利用者を地域の人々に知ってもらい、利

用者が施設外の人と触れ合う機会を作ることを目的として開催されています。会場には早くから子どもと子ども連れの家族が大勢押しかけ、ゲームコーナー、フードコーナーを楽しんでおられました。



「ロコモ度テスト」で体のチェック 健康づくり委員会

7月8日（土）地区センターにて田中堅一郎先生（本郷台整形外科クリニック院長）をお招きして「ロコモティブシンドローム」（ロコモ）についてのお話を伺った後「ロコモ度テスト」・・・「立ち上がり」「歩幅」「骨密度測定」「足趾力測定」・・・を行い、体の状態を数値で確認することができました。ロコモとは、骨、筋肉、関節といった運動器の機能が加齢とともに衰えて「立つ」「歩く」と

いった動作が困難になり、要介護・寝たきりになる、またそういった危険性が高い状態のことを言います。

足腰の衰え、健康づくりを気にして参加された多くの方から「食事、運動の大切さがわかった」、「自分の能力を理解できた」、「日頃の運動の効果が出ているのを実感した」等の感想が寄せられました。



夏だ！祭りだ！焼きそばだ！全員集合！

12月に本郷台駅前広場で予定されている「焼きそば名人大会」に先駆けて7月8日（土）に栄区役所と栄区連合町内会自治会の協賛で7連合による「焼きそば名人育成会」が千秀センター千秀広場にて開催されました。11時30分の開始前から大勢の来場者が行

列を作り、焼きそばの出来上りを待ちました。無料の綿菓子づくり体験コーナーにもぎわい、地元農家が出店した野菜も良く売れていました。会場中央には丸テーブルが用意され、みなさんおいしそうに焼きそばを召し上がっていました。

