



活動報告

千葉県
マスコットキャラクター
「チーバくん」

2025 年 6 月開催号 No.36

6 月 11 日（水）家族のつどいが開催されました。たくさんの方に参加していただき、2 グループに分かれて情報交換、意見交換を行いました。4 月からスタートの本人ミーティングも同時開催されました。次回は、8 月 26 日（火）です。「家族のつどい」「本人ミーティング」その後に「認知症助け合いカフェ さくらんぼ」を開催します。火曜日開催です。お日にちお間違いないよう、お越しください。

認知症の人の家族のつどい「あびこ」言の葉～ことのは～

【参加して下さった方々の言葉を集めてみました】

- ☆健康な人にみえる。買い物もできる。でも、同じ物を買ってきちゃう。
- ☆病院に連れて行くのに時間がかかった。 ☆ついさっきのことを本当に忘れちゃう、
- ☆どうしても怒ってしまう。目の前には、悲しい顔をする母がいる、
- ☆これからどのように変わっていくのだろう。家族はどのようにサポートして、どのように見守れば良いのだろう。
- ☆認知症の家族を持ったことで、新たな出会いもあり、気づきもある。

【高齢者なんでも相談室から】

梅雨入り 2 日目の雨の中、初参加の方も含め、多くの方に参加頂きました。参加者から「病院に行ってくれない。」「徘徊が心配です。」「一人で家にいる時の電話や来訪者の対応が心配です。」「今入院しているが、家でめんどろをみる事ができず、不憫に感じる。」等々、いろいろな悩みを共感、共有し、みんなで認知症の人への関わり方について話し合いました。特に認知症の人の発言を否定せず、少しの時間向き合うことで、気持ちや行動が収まるというアドバイスは、多くの方の気づきになりました。同じような立場の方々と話すことで、気持ちの負担が軽減され、新たな気づきを得られる機会をこれからも提供していきたいと思います。一人で悩まずに、まずは高齢者なんでも相談室に気軽にご相談ください。

本人ミーティング

つどい会場の隣の部屋で開催しました。ご家族と一緒に来て別の会場に案内され、ちょっと不安になってしまった方も、他の参加者とお話しするうちに、だんだん表情が明るくなってきました。

8 月 26 日も是非、いらしてください。

認知症助け合いカフェ さくらんぼ

つどい、本人ミーティングの後は、千葉県福祉ふれあいプラザの行事「認カフェ」！みんな一緒にブレイクタイム！！今回は 23 名が参加されました。次回も一緒にお茶しましょう！『認知症助け合いカフェ・なのはな』は、9/10（水）管理栄養士さんにお話していただきます。

認知症の人の家族のつどい「あびこ」

本人ミーティング・あびこ

開催日時	偶数月 第二水曜日を基本として開催
会場	けやきプラザ 7 階 研修室、研修室（控室）
費用・予約	無料・（つどいは予約不要・本人ミーティングは予約制）
対象	家族のつどい・・・認知症の人を介護している家族、介護経験者 本人ミーティング・・・認知症の人、物忘れが気になる人
問合せ先・予約	高齢者支援課 健康推進係 04-7185-1111
スケジュール	8/26（火）10/8（水）12/10（水）令和 8 年 2/5（木）
	主催 我孫子市高齢者支援課 千葉県福祉ふれあいプラザ