

つながるところ

思いを語り合おう

認知症カフェ「えがお」

認知症の人やご家族、地域の人など、どなたでも気軽に集えるカフェです。参加者同士が心配なことや経験についてお話しをしたり、情報交換や交流をしています。体操やミニ講座なども行っているため、リフレッシュできる場でもあります。
※専門職も参加しているので、心配なことなど相談できます。



日時 毎月第3火曜日
※祝日などで変更になる場合もあります。
午後 1:00～2:30(受付開始12:45～)
会場 医師会検診センター
参加費 お一人100円
問合せ ライフドアすわ
☎0266-78-0477



家族の会「こむぎの会」

認知症の人を介護するご家族の方々が集まって、それぞれの日頃の悩みや思いをお話しいただく場が「こむぎの会」です。介護のヒントや共感が得られ、リフレッシュできる場所となっています。

日時 毎月第3木曜日
午後 1:30～3:30
会場 湯小路いきいき元気館3階会議室
問合せ 諏訪市高齢者福祉課
☎0266-52-4141 内線298・291



まずは相談から

これからも自分らしく暮らしていくためには、早めの気づきが大切です。一人でお悩み、まずはかかりつけの先生にご相談ください。



受診と合わせて少しずつ認知症の理解を深めていけば、生活上の戸惑いが軽減されたり、ご家族や仲間と話し合うことができます。

相談窓口

☎ 諏訪市地域包括支援センター

(市役所高齢者福祉課)
☎52-4141 (内線298・291)

☎ 在宅介護支援センター

* 聖母 (上諏訪北部・中央地区)
☎52-3512

* かりんの里 (上諏訪東南部・小和田地区)
☎57-5533

* 湯の里 (四賀・中洲地区)
☎57-1000

* 西山の里 (豊田・湖南地区)
☎56-1000

☎ ライフドアすわ

(諏訪市地域医療・介護連携推進センター)
☎78-0477

☎ 諏訪地域認知症疾患医療センター

(諏訪赤十字病院内)
☎78-4560



認知症

知ろう
語ろう

ともに歩もう



諏訪地域医療・介護連携推進センター
ライフドアすわ

2024年1月に『共生社会の実現を推進するための認知症基本法』が施行されました

住み慣れた地域で暮らし続けたい。それは、認知症の人でもそうでない人も同じ思いです。認知症を自分ごととして考え、語り合い、支え合い、認知症とともに歩みだしましょう。

認知症基本法の目的

認知症の人が尊厳を保持し、希望をもって暮らせるように基本理念を定め、共生社会の実現に向けて、国のこれらの取組みをあきらかにした法律です。



※認知症基本法



認知症基本法 7つの基本理念

1. 認知症になっても、すべての人が自らの意思で生活を営むことができる。
2. 国民が認知症に関する理解を深めることができる。
3. 認知症の人、社会の構成員として個性と能力を発揮することができる。
4. 認知症の人が良質な医療・福祉サービスが切れ目なく提供される。
5. 認知症の人とその家族が安心して生活を営むことができる。
6. 認知症に関する研究を推進し、その成果を国民に広める。
7. 各分野で総合的な取組みを行う。



認知症とともに

認知症の人は「支えられる存在」ではなく「ともに生きる存在」です。お互いを尊重し、支え合い、受け入れ、認めあいながらともに進んでいきましょう。



認知症の人の声を聞く

何がしたいのか、何があるといいのかなどを聞くことは、認知症の人が自分の意思で日常生活や社会生活を送ることができ、尊厳と希望を持って暮らせる共生社会の実現につながります。



新しい認知症観へ

認知症になってもやりたいことやできることはあり、住み慣れた地域で仲間などつながりながら、希望をもって自分らしく暮らすことができるという新しい考え方。



「認知症とともに生きる希望宣言」

一足先に認知症になった私たちからすべての人たちに

1. 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
2. 自分の力を活かして大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
3. 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
4. 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。
5. 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを、一緒につくっていきます。

※日本認知症本人ワーキンググループが
2018年11月18日に表明しました。



認知症になっても 不便ではあるけれど
不幸ではありません。

※佐藤雅彦氏ホームページ より

認知症になった私から伝えたいこと
(佐藤雅彦氏 ホームページ)



公益社団法人認知症の人と家族の会
(佐藤雅彦氏 講演原稿)

