



ライフドアすわ通信



ライフドアすわ 諏訪市地域医療・介護連携推進センター（平日8:30-17:00）

ホームページ <http://www.lifedoor-suwa.jp/>

住所 〒392-0027 諏訪市湖岸通り5-12-5（諏訪市医師会館1階）

TEL 0266-78-0477

FAX 0266-78-0478

メール info@lifedoor-suwa.jp

認知症予防・啓発講演会を開催しました

ライフドアすわでは、認知症の正しい理解を広める活動として、毎年、認知症予防・啓発講演会を開催しております。今年度は、令和7年11月29日（土）14時から諏訪市総合福祉センターにおいて、若年性アルツハイマー型認知症と診断された男性と家族の実話をもとに描かれた映画「オレンジ・ランプ」を上映しました。この映画は、認知症の診断を受けたご本人と家族それぞれが葛藤する中、新たな出会い、そして会社の仲間、友人たちの理解を得ながら、認知症と向き合い、希望を持ち、共に支え合い共に歩む姿がありました。

令和6年1月に、「共生社会を実現するための認知症基本法」が施行されました。認知症の人が尊厳を保ちながら希望を持って暮らせる社会を実現するための法律です。

今回の映画を通して、認知症になって自分らしく生きる「希望」と、それを支える「共生社会」について考える機会になったのではないかと思います。

年齢を重ねるにつれ、認知症の発症リスクは高まると言われています。近年、高齢化が進み、認知症はとも身近なものになりました。いつまでも住み慣れた地域で暮らし続けたい。誰もが同じ思いです。まずは、認知症を自分ごととして捉え、考えていくことから始めてみませんか。

共に考え、共に歩んでいきましょう。



施設ケアマネジャーの情報交換会

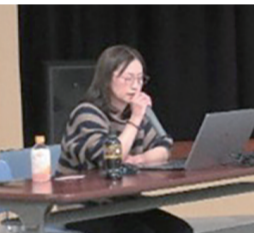


ある施設ケアマネジャーの方から「施設ケアマネジャーの交流の場が少ない。他施設ではどのような取り組みをしているのか聞きたい」という声があり12月18日に施設ケアマネジャーの情報交換

多職種協働セミナー



令和7年度の多職種協働セミナーは「退院支援について考えてみましょう」と題して1月30日に開催しました。



参加者は36名と多くの専門職の方に参加していただきました。最初に諏訪赤十字病院の奥山美希看護係長から「諏訪赤十字病院の退院支援について話していただき、その後実際の事例を通して退院支援についてグループワークを行いました。参加者の方からは、「諏訪赤十字病院の退院支援について知ることが出来た。スクリーニングシートを使用し早期から退院支援に取り組んでいることが解った」「早い段階での情報共有が必要だと感じた」「支援する側（ケアマネやヘルパー）の不安もとり除くことも大切」などの感想を頂きました。多職種で連携していくためにはお互いの理解が必要で、今後も多職種で話し合える場を提供していきたいと思っております。

柿P作戦

（柿もぎプロジェクト）



柿P作戦のはじまりは、柿が手に入らず困っている高齢者施設と柿もぎに困っている高齢者をつなぐことでお互

会を開催しました。参加者は16名。グループホーム4事業所、有料老人ホーム2事業所、特養3事業所、老健2事業所からの参加がありました。



いの困り事を解決できるのではないかと、考えたところからです。全国



ニュースでは熊による被害も報道されており、市内の高齢者宅でも不安に夜を過ごされているのではないかと頭をよぎりました。実施2年目となる令和7年度は7軒のお宅と施設がつながりました。高齢者のお宅からは、「自分ではとてもできないこと」「こどもたちは遠方なので頼めない」といった声があり、「毎日気になっていたので心配が解消された」「自分には不要な柿でも使ってもらえるなら柿も嬉しいだろう」と喜びの声をお聞かしています。柿を頂いた施設ではその後レクリエーションで干し柿や柿ジャムを作り、紐を通した柿を依頼者宅へ届けた施設もあつたようです。困り事だった「柿が地域支えあいの縁をつなげてくれています。

中学生との地域づくり



今年度2年目の取り組みとなる諏訪中学校「わたげ帳」(ボランティアカード)には、生徒会の想い「ボランティアをすることによって、ふわりとしたわたげのような あなたの優しさが飛んでいきますように」という意味が込められています。生徒手帳に入る蛇腹織のカードには諏訪中学生一人一人の取り組みが記録されており、その活動ごとに大人のコメントも記入できるようにしています。大人も子供も地域の一員であり、地域活動や地域課題に自身のできる範囲で関わり参画するという地域共生社会実現に向けた取り組みとも言えます。わたげ帳はボランティアを始めるきっかけにすぎませんが、多様な地域活動、ボランティアを経験し地域への愛着形成により、未来



が、多様な地域活動、ボランティアを経験し地域への愛着形成により、未来

令和7年度第2回諏訪市第1層協議体 開催



の地域活動実践者が増えることに期待しています。

令和7年12月23日（火）諏訪市総合福祉センターにおいて開催し25名の参加。テーマは「地域の共同浴場について」取り上げ、地域の現状やこれまで共同浴場がもたらしていた地域コミュニティ形成の役割などを確認しました。理学療法士西村直也氏より実践報告を頂き、専門職と地域の協働による可能性を共有する機会となりました。誰もが年を重ねていくなか、心身の状態が変化しても住み慣れた地域で共に暮らし続ける方法を今後も協議体のなかで話し合っていきます。



山の手地区移動販売試行



令和8年2月4日より毎週水曜日に山の手地区立石町内の2か所（公民館、共同温泉駐車場）で「とくし丸」による移動販売試行を開始しました。3月末

でかりんちゃんバス運行終了を見据え、買い物手段の一つとして利用してもらおうと試行開始にあたり山の手地区社協、とくし丸永山号、諏訪市高齢者福祉課、ライフドアすわSC、市社協エリア担当が協働し進めてきました。移動販売では、買い物支援が主目的ではありませんが、買い物に来られた住民同士「久しぶりね。元気だった？」「これおいしそうね」など会話の弾み、コミュニティ形成の役割も担っています。現在試行中ですが、今後実施地域の拡大を地域の皆さんと一緒に考えながら行っていきます。

認知症サポーター養成講座



2月14日（土）、諏訪市キャラバン・メイトとのコラボ企画として、認知症サポーター養成講座を行いました。認知症に関する正しい知識を学び、地域に暮らす認知症の人やその家族を、できる範囲で支える人を養成します。

今回は、養成講座と共に、「認知症カフェ」を知っていただきたいと考え、カフェの匂いに包まれ、43名の方と一緒に、リラックスした雰囲気の中、認知症を学びました。認知症カフェは、認知症の人やご家族、地域の人、医療や福祉の専門職など、どなたでも気軽に集える居場所です。参加者同士、経験談を共有したり、情報交換や交流、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、心配なことなども相談できます。

現在諏訪市には、検診センターで行われている認知症カフェ「えがお」があります。カフェには認知症サポーターも参加し運営に協力してくれています。高齢化が進み認知症が身近なものになった今、認知症を正しく理解することにも、安心して過ごすことのできる居場所「認知症カフェ」があることは、地域のみなさんの安心にもつながります。今後、諏訪市に「認知症カフェ」が広がるように、普及啓発活動、運営のサポートを行ってまいります。



「人生会議」寸劇



令和7年度当初からシニア大学の卒業生であるSUWA43会の皆様のご協力のもとに「人生会議」の寸劇を収録し編集を行い完成いたしました。