

わたしたちのお仕事紹介します！



認知症本人交流会 楽しく語ろうつどいの会 ~いくつになっても仲間と元気に~

認知症本人交流会は、認知症体験者が集い、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場です。世田谷区では令和元年度からスタートし、認知症体験者と一緒に世田谷らしいつどいの会を作り上げてきました。会に参加しているのは、認知症体験者とそのパートナー（ご家族やケアマネジャー等）です。認知症体験者のグループとパートナーのグループに分かれて、普段の生活や希望について語り合ったり、参加者全員が一緒になって認知症に関する最新情報を共有したりしています。

「認知症になってからも希望を持って暮らせるまち、せたがや」について皆で語り合いませんか。



楽しく語ろう
つどいの会

詳細は、こちらから



メッセージリレー 支え合う地域の仲間たちから、認知症の人や家族へ



代沢あんしんすこやかセンター
石川さん、新聞さん

新代田あんしんすこやかセンター

大津さん、
大塚さん



世田谷区内の、支え合う地域の仲間たちから、認知症の人や家族へのメッセージを一冊のスケッチブックでリレーしていくコーナーです。あなたのまちの仲間も登場します。



世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

(運営委託法人：医療法人社団プラタナス／桜新町アーバンクリニック)

〒156-0043 東京都世田谷区松原6-37-10
世田谷区立保健医療福祉総合プラザ1F

電話 03-6379-4315

FAX 03-6379-4316

▼ ホームページ

<https://setagaya-ninsapo.jp/>

令和4年7月発行

これまでの
にんさぽだよりは
ホームページから
ご覧いただけます



世田谷区

にんさぽだより

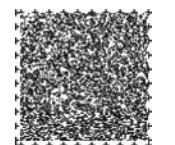
第10号

世田谷区 認知症在宅生活サポートセンター

特集

オレンジハートの歩み
認知症であることを「普通に」受け止め、安心して暮らせる存在へ

にんさぽだよりは？
世田谷区が開設した世田谷区認知症在宅生活サポートセンターの機関誌です。認知症の人、関わっている方々を応援し、気持ちの支えになればという想いで作っております。
表紙の絵は、認知症体験者である林信之さんが制作しました。



音声コード



特集

オレンジハートの歩み

認知症であることを「普通に」受け止め、安心して暮らせる存在へ

今回は、地域の認知症カフェなどで、ボランティアとして活動されている、オレンジハートの長谷川さん、高田さんにインタビューしました！

活動を始めたきっかけは？

長谷川 仕事がつきかけで、認知症について勉強したけど、もう少し認知症の人の実際の生活について、違う視点で学びたいと思ってたんですよね。

そこから、色々な講座に参加していたら、自然とオレンジハート（右ページ参照）の一員になっていて（笑）。

だから初めは、講座に来てもっと学ぼうと思っていたんだけど、学んだことを活かすことができるこの活動も面白いなと。

高田 将来、認知症になったとき、どうなっちゃうかなって。今のうちに、自分がこう生きたいとい

う意思表示ができるつながりを作っておかないと、と思っていました。できるだけ、認知症になっても顔の知れた仲間と住み慣れた地域で、自分らしく生きていきたいと思って、この活動を続けています。

オレンジハートが運営するオレンジカフェってどんな場所？

高田 ここには、認知症についての知識や対応方法を理解しているスタッフがいる。多分、私が認知症になったときに、ここに来て、同じ話を何回しても、皆が「そっかあ」と聞いてくれて、困っていることがあったら、一緒に考えてくれるかもしれない。普通に受け止めてくれる安心感がある。自分のことを知っている人が受け入れてくれる気がする。皆にとっても、そんな居場所にしていきたいんです。

長谷川 答えが見つからなくてもいい。一緒に「うん、困ったね」とって

さうじゆ

言っていると、いろんな人が「どうしたの？こうすればいいんじゃない？」って言うってくれるから。この安心感を来た人に感じてもらうためには、この前来てくれた家族や本人も、帰る頃には晴れ晴れとした顔をしていた。そういう安心感を何かしら感じてくれたんじゃないかな。「あ、ここならこんなこと話していいんだ」と。



↑ オレンジカフェでは、オレンジ色のエプロンを着て活動しています。

オレンジハートとは？

具体的な活動について

せたOHA
(世田谷Orange Heart Action)
詳細はこちらから



オレンジハートとは？
世田谷版認知症サポーターフォーローアップ講座(★)を受講し、区内の認知症カフェの運営補助ボランティア等、地域で積極的に活動されている方々です。
定期的に集合し、オレンジカフェの運営や活動の振り返り、知識の向上に励んでいます。

認知症カフェ情報

名称	オレンジカフェ
会場	松原6-37-10 世田谷区立保健医療福祉総合プラザ1階 ふれあいカフェうめとびあ
連絡先	03-6379-4315
日時	偶数月(第3木曜日) 午後2時～4時
参加費	無料

※ 会場の定員に合わせて人数制限をしています。
参加される場合はお問い合わせください！

★「世田谷版認知症サポーターステップアップ講座」を修了した方を対象とした、地域で積極的に活動したい方向けの講座です。講座を受けるだけでなく活動の場とするため、講座名を別称「世田谷Orange Heart Action(通称:せたOHA)」としております。



オレンジカフェ運営の他にも、こんな活動をしています。



世田谷区認知症在宅生活
サポートセンター事業への協力

東京2020オリンピック・パラリンピック開催を契機として、アメリカ選手団をおもてなしするために、区内のデイサービス等を利用する認知症の人たちが作成した折り鶴を使って、オレンジハートがモザイクアートを制作しました。



RUN伴への参加

RUN伴(ランとも)とは、認知症の人や家族、支援者、一般の人が、ひとつのタスクをつなぎ、ゴールを目指すイベントです。世田谷区では、令和3年10月に開催し、オレンジハートも活躍しました。



地域の認知症カフェの
運営補助

オレンジハートの長谷川さんは、世田谷地域のオレンジカフェKIMAMAでも、認知症カフェ運営のサポートをされています。

