静岡市認証 認知症カフェ

第123号 令和8年9月20日

楽しい話し合い・相談・情報交換ができる

オレンジカフェ静岡

毎月第三日曜日

9月20日 午後2時~4時（参加費100円）

9月のミニ講話

おもいで語りワークショップ

弓削（ゆげ） 幸恵さん

NPO法人まちなびや理事長

神奈川県横浜市出身、1998 年に来静。国際理解教育の任意団体を設立後、静岡市教育センターにて学校教育に関わる。

2005 年まちなびやの活動をスタート、2012 年 NPO 法人化。小中学校でのキャリア教育支援、駄菓子屋さん、こども向けの企画、おもいで語りワークショップ等、活動は多岐にわたる。

はじめまして、NPO法人まちなびやの弓削幸恵と申します。「子どもとまちをつなぐ」べく、様々な活動を重ねて20年。小・中学校でキャリア教育の出張授業をしたり、放課後は駄菓子屋さんをしたり、地域の方々と子どもが出会う企画を行ったり。近年、大変お世話になった90代の女性から子ども時代の話を聞く機会があり、その素晴らしさに感動。冊子を作ったり、みんなでお互いに思い出を語り合うといいのでは?! とワークショップを行うようになりました。

私自身は昭和40年代、神奈川県の田舎で育ちました。今考えると新興住宅街の走りで、空き地が遊び場でした。缶蹴りや鬼ごっこ、まだ自然が残っていて竹やぶで遊ぶなど、子ども同士近所で過ごすことが多かったです。

みなさんはどんな子ども時代を過ごされましたか?遊んだり、お手伝いしたり、はたまた勉強にいそしんでいたでしょうか?

戦時中で言葉にできない体験をされたかもしれません。お一人お一人のこれまでしまってきたご記憶をこの機会に、一緒に話し合ってみませんか?

地域が違っていても同じだね、時代が変わっても変わらないこともあるね、逆に所変われば…ということもあるでしょう。当日の参加者の皆さんと作るプログラムです。ご参加お待ちしています♪

お知らせ

４年ほど前からオレンジカフェに参加してくださっている加藤源一さんは現在 101 歳、シベリア抑留の体験をお持ちです。声のワークショップが健康維持に役立つ！と。９月の声のワークショップでは、加藤さんに健康長寿の秘訣を伺います。

今後のオレンジカフェ

１０月１８日（日）

佐久間　愛さん

お口の健康の大切さ
いつまでも
おいしく
食べるために

麻生歯科クリニック
歯科衛生士

１１月１５日（日）

渡邉 恵美子さん
若年性認知症家族・介護福祉士

会場の写真

§ 認知症を語り合う会の報告 §

§ 最近、頭がもやもやしていて、いろいろなことを忘れる。入れ歯がどこかにいってしまったり、亡くなった方に物を送ろうとしてはっとしたりした。

§ 皆さんからのアドバイス　かかりつけ医が物忘れ外来に指定されているので、まず相談する。そこから認知症専門医に紹介してもらうと良い。

§ 学生時代からギターを弾いていて、仲間と一緒に演奏したりしていたが、弾けなくなってしまった。グループも解散した。このまま年を取って、いろいろなことができなくなっていくのかと思うと不安になる。

§ 認知症の専門医から最新の薬を処方され、驚くほど回復した。悩んでいる人にその体験を伝えたい。

カフェのプログラム

一、ミニ講話　弓削　幸恵さん
　　質疑応答
二、声のワークショップ　上藤美紀代さん
　　加藤源一さん
三、認知症を語り合う会　二階会議室
（二、三はご希望のところにご参加ください）

個別相談

今月は城東ケアプランセンターから杉山知奈美さん（介護支援専門員・社会福祉士・介護福祉士）がオレンジカフェ静岡にいらして、相談にのってくださいます。

会　場　静岡市葵区城東町 34-14

城東コミュニティプラザ・HapiSpo（ハピスポディ和かな）

会場提供　**社会福祉法人静和会**

共 催

NPO 法人ヒューマン・ケア支援機構
社会福祉法人静和会

☎ 090−8731−7647（岩崎）
shizuoka.orangecafe@gmail.com

バス：静岡駅北口、5,6 番からのすべてのバス・で横内町静岡学園前または巴町下車。徒歩 5 分