

認知症コラム



認知症支援団体 認知症フレンドリー よこすか I

認知症フレンドリーよこすかの新会長上原孝介さんにお話を伺いました。

【団体紹介】

住み慣れたまちで、自分らしく、安心して暮らし続ける。それは認知症と診断された方やそのご家族にとっても、切なる願いです。「認知症フレンドリーよこすか」は、そんな当たり前の日常を守り、広げるために活動する横須賀発の市民団体です。

私たちは、「誰も一人にさせない」という思いで、横須賀発の「認知症フレンドリー」の輪を目指しています。



【団体の成り立ちと目指すところ】

活動の原点は、2016年から三浦半島で実施された認知症啓発イベント「RUN 伴+」にあります。このイベントへの集客と認知症当事者や地域住民が繋がる常設の場が必要だという思いから、「カフェ」というスタイルが着想されました。

私達が目指すところは、「認知症になっても自分らしく生活できる地域」づくりです。病気そのもののへのアプローチも大切ですが、周囲の理解や人との繋がりから生まれる「安心」こそが必要だと私たちは考えます。誰も孤立させず、地域社会の一員として意欲を持って暮らせるコミュニティを目指しています。



【活動の核となるらんらん Cafe】

「認知症フレンドリーよこすか」の象徴的な活動が「らんらん Cafe」です。「RUN 伴」の「らん」と、初期の会場となったカフェの名前から名付けられました。認知症当事者やご家族、地域住民、医療・介護の専門職まで、誰もが気軽に集えるコミュニケーションの場です。

当初は対面形式でしたが、コロナ禍を経て、現在ではオンラインと会場を併用するハイブリッド方式を採用しています。これにより遠方の方や外出が難しい方も自宅から参加できるようになり、全国的な繋がりも生まれています。おしゃべりだけでなく、体を動かしたり、音楽を楽しんだり、自由で多様な活動が展開されています。

