

# 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

昨年12月に続き、認知症フレンドリーよこすか会長 上原孝介さんのお話です。

### 【私たちが目指すもの】

認知症フレンドリーよこすかでは、年間を通じてさまざまな行事や活動に取り組んでいます。私たちが大切にしているのは、行事そのものよりも、それを通して生まれる「人と人とのつながり」です。認知症のある人も、家族も、支援する側も、地域の一員として自然に関われる関係づくりを目指しています。



### 【年間行事と多様な連携】

私達の日常的な取り組みの一つが、毎月第4土曜日に浦賀にある飲食店「酒と宿と不動産」で開催している「らんらんカフェ」です。ここでは、認知症のあるご本人や家族、地域の方、専門職など誰もが気軽に立ち寄り、語り合える“居場所”です。「支援する・支援される」ではなく、「ともに過ごす」場であることを大切にしています。

そのほか、毎月第1・第3水曜日にはバレーボール活動を行っています。体を動かすことを通して、年齢や立場、認知症の有無に関係なく自然な交流が生まれています。スポーツという共通の楽しみが、参加する人それぞれの役割や居場所を作り出しています。

年に一度11月、「RUN 伴三浦半島」にも参画しています。認知症のある人と共にタスキをつなぎ、地域を走るこの取り組みは、認知症を「特別なこと」として捉えるのではなく、「地域の中で当たり前共に生きる存在として伝える」大切な機会となっています。

また、インフォーマルサポートとして地域の銭湯で一緒に過ごす「裸の付き合いサポート」や「夢企画」など日常の中の小さな困りごとに寄り添いながら「ともに過ごす」関係づくりを大切にしています。

これらの年間行事を支えているのが、医療・介護・福祉にとどまらない多様な連携です。それぞれの強みを持ち寄り、つながり合うことで、認知症フレンドリーなまちづくりが広がっていくと思います。

認知症フレンドリーよこすかの取り組みはまだ道の途中です。だからこそ、多くの方とつながりながら、一緒にこのまちを育てていきたいと願っています。

あなたの一歩が、このまちのやさしさになります。



問い合わせ先:福祉総務課 地域力推進係 (046-822-9804)