

認知症になっても 住み慣れた地域で暮らしたい！

2025年には高齢者の5人に1人が認知症になると言われています。このような予測を踏まえ、地域で認知症を支える体制があれば、認知症を発症しても住み慣れた地域や自宅で暮らし続けることができます。

今回は、地域で認知症予防・認知症の方を支える体制づくりを行っている居場所を紹介します。

認知症の 居場所のメリット

- ・参加者同士が気後れなく本音で話せる
- ・心理的な不安の軽減
- ・娯楽として息抜き
- ・地域の関わりができ、友だちができる
- ・症状の早期発見、治療

認知症の 居場所

ひだまりカフェ(認知症カフェ)

役立つ認知症ミニ講座、頭の体操ができる脳トレなどを実施しています。

開催日 毎週水曜日 午前10時～11時30分

開催場所 地域の縁側 グリーン・ラソ

参加者の声

- ・新しい友達もできますし、認知症予防になるミニ講座も大変良いです。毎週楽しみにしています。
- ・認知症に関することや、現在の生活に関する相談ができるスタッフもいて安心です。



オレンジカフェこころ屋

自由に交流できるカフェタイム、お楽しみプログラムなど繋がり場になっています。

開催日 毎月第4日曜日 午前9時30分～正午

開催場所 町内の集会所やコミュニティセンター、福祉施設、お寺など

参加者の声(家族)

認知症を理解している人たちがいるこころ屋では、何をしても大丈夫なんだという安心感があります。認知症の本人も同じように感じ取っていると思います。



脳トレサロン

健康づくりリーダー、町スポーツ推進員が、毎月楽しいゲームを考えてくれています。

開催日 第2木曜日 午後1時30分～

開催場所 福祉センター 2階 多機能室

スタッフの声

毎回35名ほど参加してくれています。参加者とお話しすると元気や知恵がもらえます。



認知症予防カフェ

脳に良い食事を学ぶ勉強会や認知症ケア専門士が講師を務める講座などを開いています。

開催日・開催場所 不定期

※詳細は卯ノ里コミュニティセンターへ
スタッフの声

たくさんの参加者が興味を持って参加してくれるので嬉しいです。

