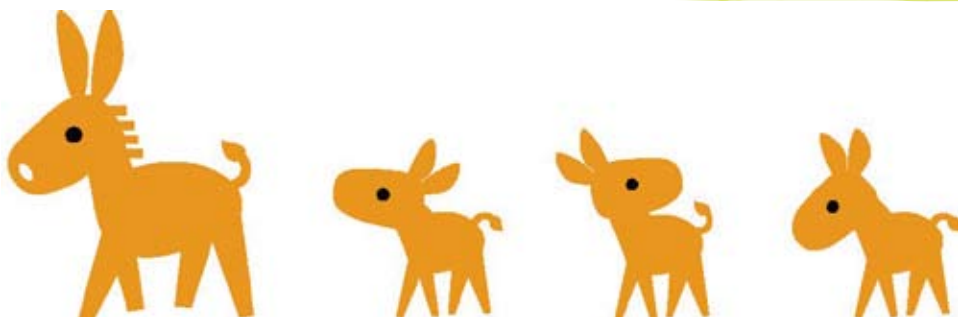
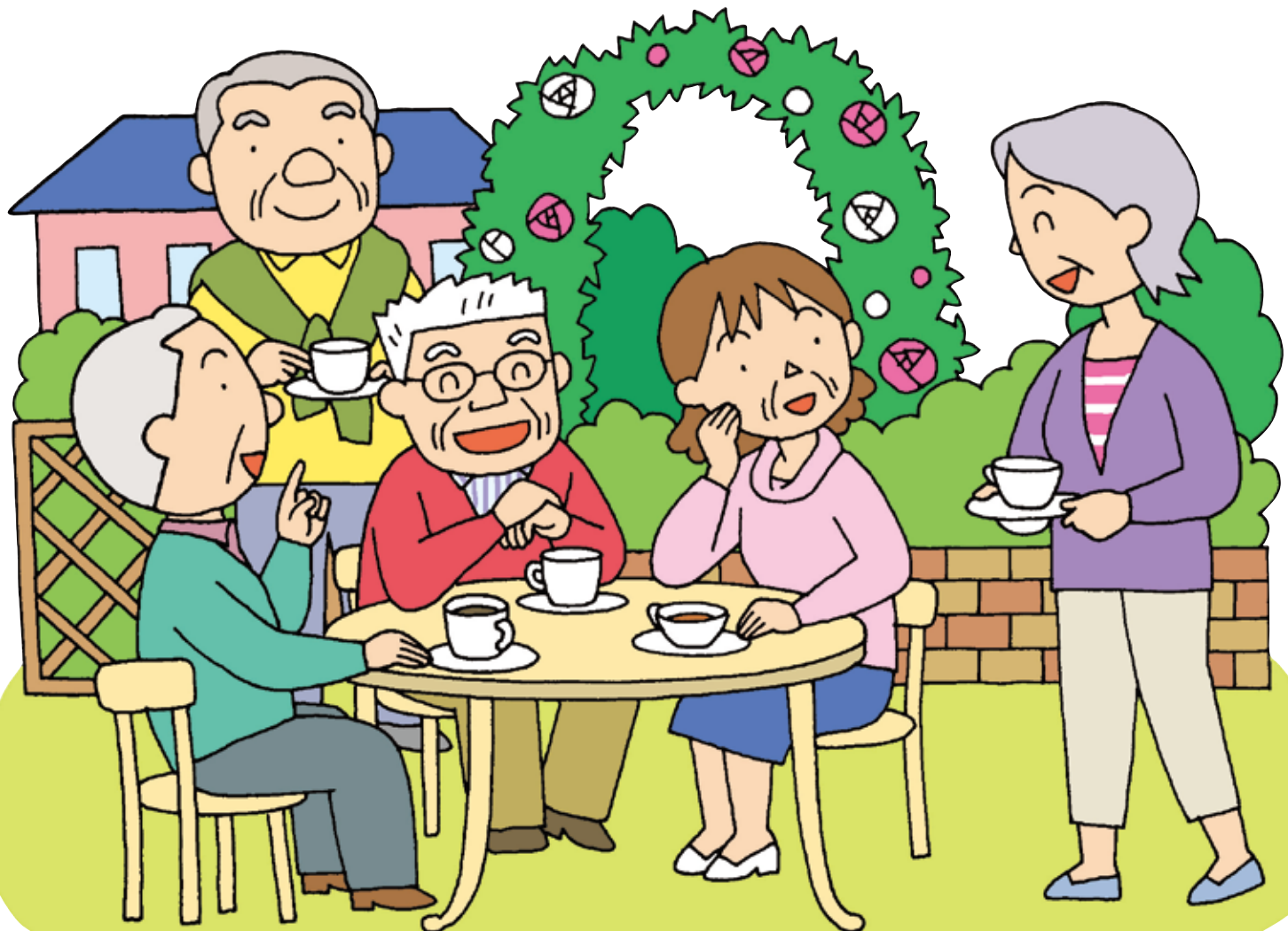


認知症カフェ一覧

津山市



「認知症サポーターキャラバン」のマスコット「ロバ隊長」です

津山市地域包括支援センター

～ 認知症について～

全国には推計 462 万人の認知症の方がおり、今後も認知症の患者は増加する見込みです。また、津山市地域包括支援センターでは、認知症に関する相談が年間 1200 件と年々増加しています。ご本人からの相談や、若年性認知症の方の相談も増えています。

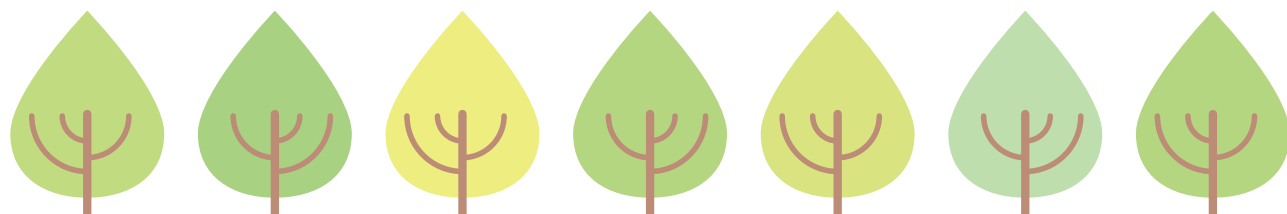
認知症は誰にでも起こりうる脳の病気によるものです。さまざまな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態で、通常の老化による衰えとは違います。



！「認知症の本人に自覚がない」は大きな間違いです！！

！認知症の症状に最初に気づくのは本人です！！

！誰よりも一番心配なのも、苦しいのも本人です！！



認知症の人は自分の症状に気づいているのでとても不安に陥り、外に出ていく自信がなくなることもあります。しかし、認知症の進行を遅らせるためにも、今できていることを重視し、知識や経験を生かしたり、役割が持てるような活動に取り組むことも大切です。また、ご家族の心身の負担の軽減のためにも、様々な社会資源を活用しましょう。

認知症になっても、
住み慣れた住まいや地域で
心豊かに安心して生活すること
ができる津山へ

津山市では、認知症になっても、住み慣れた住まいや地域で安心して生活することができる津山を目指して、様々な取り組みを行っています。

このたび、「認知症カフェ」をもっと利用してもらおうと認知症カフェ一覧を作成しました。



気軽にお立ち寄りください。

この他にも、認知症カフェを知っている方、新しく始められた方は地域包括支援センターまでお知らせください。津山市では認知症カフェ同士の交流会を定期的を開催しております。

興味のある方はお問合せください。

津山市地域包括支援センター

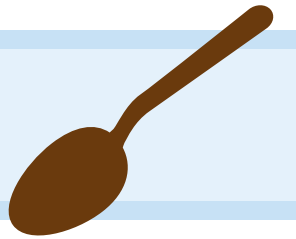
☎0868-23-1004

もくじ

認知症カフェとは	5
おあしすカフェ	6
オレンジ・カフェねんりん	7
オレンジカフェ吉井川	8
コミュニティサロンすみれ	9
スマイルカフェ	10
のんびりカフェ認知症学習会	11



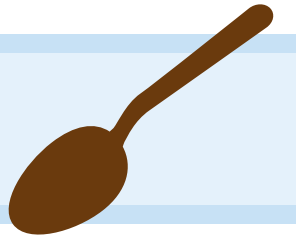
認知症カフェとは・・・



認知症カフェは、認知症に詳しいスタッフが常駐しているので、認知症の人を介護している家族にとっても気兼ねなく訪れることができる憩いの場所です。自宅に閉じこもりがちになる認知症の人の出かける場として、また、介護する家族の不安の解消やリフレッシュにも役立ちます。



認知症カフェ10の特徴



1. 認知症の人とその家族が安心して過ごせる場
2. 認知症の人とその家族がいつでも気軽に相談できる場
3. 認知症の人とその家族が自分達の思いを吐き出せる場
4. 本人とその家族の暮らしのリズム、関係性を崩さずに利用できる場
5. 認知症の人と家族の想いや希望が社会に発信される場
6. 一般住民が認知症の人やその家族と出会う場
7. 一般の住民が認知症のことや、認知症ケアについて知る場
8. 専門職が本人や家族と平面で出会い、本人家族の別の側面を発見する場
9. 運営スタッフにとって、必要とされていること、やりがいを感じる場
10. 地域住民にとって「自分が認知症になった時」に安心して利用できる場を知り、相互扶助の輪を形成できる場





カフェ名

おあしすカフェ



担当者

堀川 涼子
(美作大学 社会福祉学科)

開催場所

津山市上之町373
(城東じ・ば・子の茶の間)

問い合わせ

0868-22-7718(代)

FAX
メール0868-23-6936(代)
Rhorikawa@mimasaka.ac.jp

活動日・時間

毎月第3金曜日
10:00 ~ 15:00
(出入り自由)

料 金

飲み物のみ……………200円
軽食付き……………300円

内容・特徴

津山市認知症の人と家族の会「おあしすの会」と美作大学 社会福祉学科小坂田・堀川研究室が協働で主催しています。城東連合町内会・城東まちづくり協議会という開催地域の後援、さらに津山市社会福祉協議会・地域包括支援センターの協力を得て、現在は月に一度開催しています。

住宅街の民家で、認知症のご本人、ご家族がゆっくりお話ができる場所、くつろげる場所をめざして、家庭的な雰囲気で行っています。特にプログラム等は用意せず、物忘れが増えた、自信がなくなった、不安が大きい、そのような方のお話を学生がゆっくりとお聴きしています。介護家族の方の悩みや思いを、同じ介護者やベテランの家族の会のみなさん、保健・福祉の専門職がしっかりと受けとめ、ともに分かち合っています。

初めての方でも気軽に入れる雰囲気を心がけていますので、学生曰く、「親戚のおうちに来たい。」というカフェです。地域のボランティアさんと家族の会のスタッフが手作りの軽食を用意していますので、お昼を食べにくる気分で、気軽にお越しください。



地図



その他（メッセージ等）

場所は、津山城址東側 宮川沿いの道を東へ。出雲街道と千代稲荷神社の間。理容シマダさんの看板を目印にお越しください。

認知症のご本人やご家族は、事前連絡等は不要です。お気軽に当日お越しください。ご本人、ご家族以外の方は、お手数ですが、事前に津山市地域包括支援センターへご連絡ください。



☎0868-23-1004



カフェ名

オレンジ・カフェねんりん

担当者

砂田 眞紀

開催場所

芳野病院4階88ホール
(苫田郡鏡野町吉原312)

問い合わせ

0868-54-0312

FAX

0868-54-3418

活動日・時間

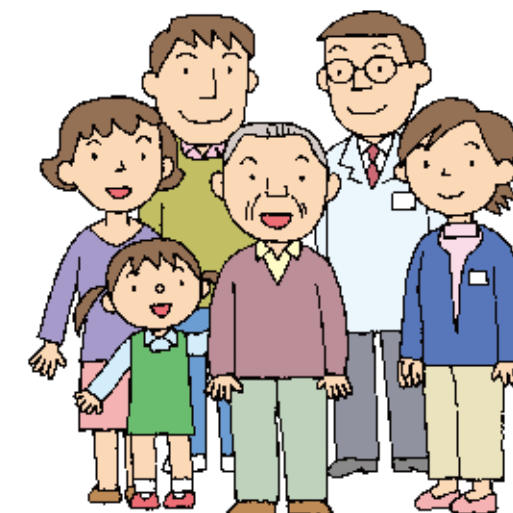
毎月第3金曜日
13:00 ~ 15:00

料 金

飲み物・お菓子代
…200円(工作は別)

内容・特徴

共愛会の法人に所属する各施設、事業所から医師、看護師、作業療法士、ケアマネジャー、社会福祉士、管理栄養士などの専門職が企画・実施しています。相談時間も個別に対応できるようにしています。毎回テーマを変え、講話、レクリエーション、工作など実施しています。



地図



その他（メッセージ等）

地域住民の認知症に対するの困りごとを早期発見し、必要な社会資源につながるようにしています。お気軽にご相談ください。

オレンジカフェ吉井川

担当者 齋藤 英一

開催場所 西苫田公民館:会議室
(津山市小原57-1)

問い合わせ 津山市地域包括支援センター
0868-23-1004

FAX 津山市地域包括支援センター
0868-23-1005

活動日・時間 毎月第2水曜日
13:30 ~ 15:30

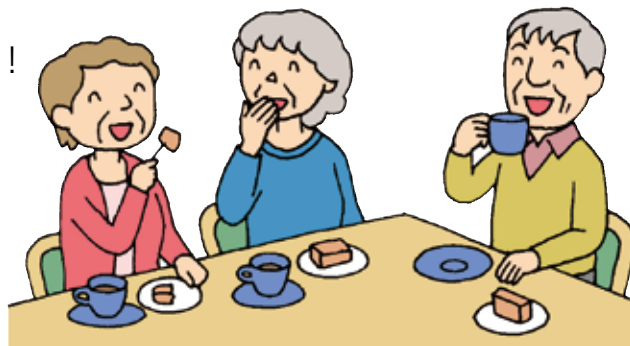
料 金 飲み物・お菓子代
…200円

内容・特徴

認知症の人と家族、介護をしている人、認知症を予防したい人、お話をしたい人、歌をうたいたい人、認知症に関心のある人、どなたでもお越しください。

温かい雰囲気大切にしています！

たとえ、認知症になっても安心して暮らせる街へ！



地図



その他（メッセージ等）

- コーヒー飲みに来てね!
- 気軽に来てね!
- お話をしようよ!
- ゆっくり楽しんでね!

コミュニティサロンすみれ

担当者 平尾 奈津子

開催場所 津山市国分寺133

問い合わせ 080-9794-6041

FAX 0868-26-5477

活動日・時間 毎週金曜日
13:00 ~ 16:00
(出入り自由)

料 金 飲み物・お菓子代
…300円

内容・特徴

認知症のご本人、ご家族がおだやかに過ごせる空間。

ご本人については、症状が進行しないように、ご家族については、介護の孤独感を減少させ、悩みの共有で安心感を感じてもらうことをめざしています。

ご本人、ご家族の方、ぜひお越しください。

また、認知症に関心のある方も、ぜひお越しください。



地図



その他（メッセージ等）

担当者は、平成29年2月まで津山中央病院に勤務していた看護師です。36年間の看護師での経験を生かし、認知症だけではなく、多方面の相談を受け、サポートしていきます。「5年後も今のままのあなたで」を目標に、みなさまと歩んでいきたいと思っています。



カフェ名

スマイルカフェ

担当者 小椋 美恵子

開催場所 あかるい農村つやま
(津山市日本原353-1)

問い合わせ 0868-36-3566

FAX 0868-36-3766

活動日・時間 毎月1回 第3か
第4日曜日 14:00 ~

料 金 飲み物・お菓子代
…100円



内容・特徴

活動予定日は、年間計画で決めています。変更になることもあります。参加の予約はいりません。

出前講座は、医療、介護の専門職の方のお話が聞けます。その他、様々なボランティアの方の講座など募集しています。

ためになる話を聞いた後は、お茶を飲みながらワイワイガヤガヤおしゃべりをして過ごしています。



地図



その他（メッセージ等）

子供からお年寄りの方まで、どなたでも気軽に立ち寄って頂け、ちょっとしたお悩み相談もできるカフェを目指しています。

日曜日なので、お子様連れでも大丈夫です。お茶代100円を持ってお気軽におこしください。



カフェ名

のんびりカフェ認知症学習会

担当者 末永 弘之

開催場所 さくら会館
(津山市昭和町1-7)

問い合わせ 0868-22-9072

FAX 0868-31-2177

活動日・時間 毎月第4金曜日
10:00~12:00か13:30~15:30
のどちらかの時間で活動。事前
にお問い合わせください。

料 金 当面無料



内容・特徴

介護・認知症問題についての勉強会を中心として毎月第4金曜日に集いを予定しています。

◎認知症予防体操や気功体操を学ぶ

◎ビデオなどを鑑賞し、認知症家族の人との
交流を行う

◎参加者により次回のテーマなども話し合っ
て企画していく予定



地図



その他（メッセージ等）

認知症に関心があり、悩みがあり、
将来の不安があり…

様々な悩みを持ち寄り、皆で考えて
みましょう。

困ったときは

高齢者の介護、健康、暮らしなどの心配事は

地域包括支援センターへ ご相談ください

認知症の支援

認知症総合支援

- 理解啓発・支援体制づくりを行います。

介護や生活などの相談

総合相談

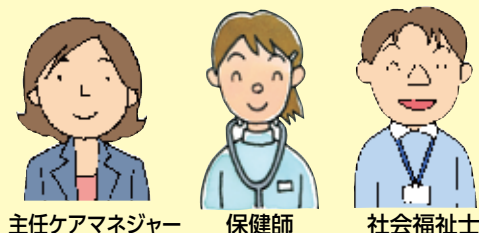
- 近所の一人暮らしの高齢者が心配。
- 物忘れがある家族の相談がしたい。など

自立した生活のために

介護予防ケアマネジメント

- 事業対象者・要支援1・2と認定された方の、介護予防ケアプランを作ります。

地域包括支援センター



権利を守ること

権利擁護

- 財産管理に自信がなくなったとき。
- お金の支払いや契約に関することに不安があるとき。

福祉のまちづくり

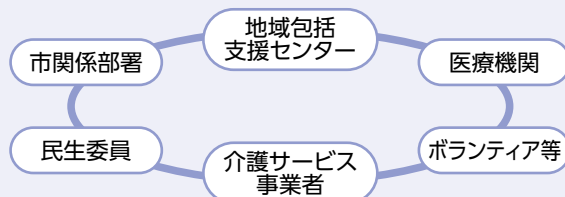
小地域ケア会議

- 地域の情報交換・共有・課題検討の場に参加し、解決に向けて考えます。

暮らしやすい地域のために

包括的・継続的ケアマネジメント

- さまざまな機関とのネットワークを作り、調整します。



ご相談は地域包括支援センター、各サブセンターへどうぞ。

北部サブセンター

(市役所内)

☎(0868)23-1004

加茂サブセンター

(加茂町福祉センター内)

☎(0868)42-5135

勝北サブセンター

(勝北福祉センター内)

☎(0868)36-6135

東部サブセンター

(鶯園内)

☎(0868)26-7822

津山市地域包括支援センター(社会福祉協議会)

事務所:市役所1階

☎(0868)23-1004

西部サブセンター

(サンライフみのり内)

☎(0868)28-4135

久米サブセンター

(久米福祉センター内)

☎(0868)57-2135

南部サブセンター

(ときわ園内)

☎(0868)31-1135

中央部サブセンター

(市役所内)

☎(0868)23-1004

お問い合わせは…

本庁 高齢介護課 (0868)32-2070

加茂支所 (0868)32-7032

阿波出張所 (0868)32-7042

勝北支所 (0868)32-7023

久米支所 (0868)32-7013