

伊賀市認知症オレンジ事業

伊賀市では、認知症の人が住み慣れた地域で暮らし続けられる取り組みを「認知症オレンジ事業」としています。具体的には、認知症カフェの運営（6・7ページ参照）や、認知症の人やその家族などの話を聞く活動、認知症に関する知識の取得・向上を目的とした学習などを実施しています。

認知症サポーター養成講座

【と き】 9月30日(水) 午後2時～3時30分
 【ところ】 本庁舎 2階会議室 201
 【定 員】 先着 20人
 【申込方法】 申込フォーム・電話
 【申込受付開始日】 9月7日(月)
 【講 師】 キャラバン・メイトいが* 申込フォーム
 *「キャラバン・メイトいが」とは、認知症になっても安心して暮らせる街づくりをめざして活動している市民団体です。認知症の人と家族への応援者である「認知症サポーター」の養成や、認知症についての勉強会を開催しています。
 申・問 地域包括支援センター 南部サテライト



脳の健康応援教室

脳の健康について正しい知識と予防に関する情報を知って、いつまでも元気に過ごしましょう！

【内 容】
 ①脳の健康について知ろう！（講話）
 ②タブレット端末を使用した「脳の健康度チェック」
 ③「脳の健康度チェック」結果説明会・脳トレ＋体操体験

【と き】
 ①9月28日(月) 午後1時30分～3時30分
 ②10月2日(金)、10月5日(月)のうちいずれか1日
 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時30分
 ※1人30分（1時間に2人）の予約制
 ③10月7日(水) 午後1時30分～3時30分

【ところ】
 ①③本庁舎 4階会議室 401
 ②本庁舎 4階会議室 402・403
 【対象者】

全日程に参加でき、認知症と診断されていない65歳から79歳の人

【定 員】 先着 15人
 【申込方法】 申込フォーム・電話
 【申込期間】 9月7日(月)～25日(金)
 申・問 地域包括支援センター 中部



認知症の人と家族の会 「伊賀地域つどい・交流会」

認知症の人を介護する家族が、つらさやしんどさを抱え込んでしまわないように、情報交換の場、近況報告の場として開催します。

【と き】 9月29日(火) 午後1時30分～4時
 【ところ】 名張市役所 301会議室
 （名張市鴻之台1-1）
 ※認知症の人が参加する場合は、事前に連絡してください。
 ※偶数月は伊賀市役所で開催します。
 申・問 地域包括支援センター 東部サテライト

認知症の人と家族の会による 認知症月間街頭啓発

【と き】 9月8日(火) 午後2時～3時
 【ところ】 イオン伊賀上野店（上野茅町2519）
 【内 容】 啓発物品の配布、認知症に関する相談
 申・問 地域包括支援センター 東部サテライト

中央図書館「認知症」特集コーナー設置

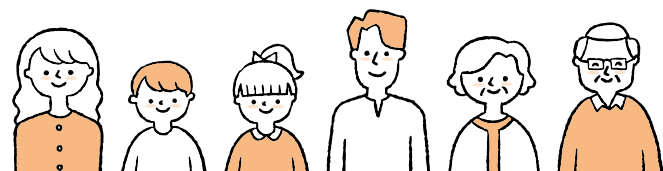
【と き】 9月1日(火)～29日(火)
 【ところ】 伊賀市中央図書館 1階特集棚
 【内 容】 認知症や認知症予防に関する図書の展示
 申・問 地域包括支援センター 東部サテライト

パネル展示

【と き】 9月1日(火)～11日(金)
 【ところ】 本庁舎 1階市民スペース
 【内 容】 認知症に関するパネルの展示、パンフレット、啓発物品などの配布
 申・問 地域包括支援センター 中部

【申込先・問い合わせ・認知症に関する相談先】

地域包括支援センター
 中部 ☎ 26-1521 FAX 24-7511
 東部サテライト ☎ 45-1016 FAX 45-1055
 南部サテライト ☎ 52-2715 FAX 52-2281
 ✉ houkatsu-shien@city.iga.lg.jp



特集

9月は「認知症月間」

忘れても 笑顔で暮らせる 街づくり

認知症になっても、その人が「その人でなくなる」わけではありません。忘れやすさなどの変化はあっても、好きなこと、得意なこと、続けたい暮らしは残っています。本人の気持ちを大切に、まわりが少し工夫し合えば、できることは増え、安心して地域で暮らし続けられる「新しい認知症観」を、私たちの地域の当たり前にしていきましょう。

「認知症の人の声を聴く」「認知症の人の気持ちに心を寄せる」「認知症について正しい知識を学ぶ」など、どんな形でも、あなたの一歩が力になります。

三重県認知症希望大使紹介

「認知症希望大使」とは、認知症のご本人が、自らの言葉で語り、認知症になっても希望をもって前向きに暮らすことができる姿の発信を通して、広く認知症に対する理解を深め、認知症のご本人やその家族が希望を持って暮らし続けられるまちづくりをめざして、活動されています。



高井 勝男さん 桑名市在住。83歳。
 【高井さんの思い】

「認知症になっても、だいたいようぶ！」という実感をもって、認知症の人、ご家族、私たち一人ひとりが、共に前を向いて歩んでいく共生社会をめざしていきましょう！



山崎 宏さん 桑名市在住。56歳。

【皆さんに伝えたいこと】
 新しい認知症観、認知症は誰でもなり得る可能性があります。我がごとと考えて、初期段階の診断で向き合って欲しいです。手間はかかりますが前を向いて歩き、希望が見えると伝えたいです。



三重県ホームページ

ななーるカフェ

【ところ】 さるびの温泉研修館など

※月によって開催場所が異なります。

【と き】 毎月第2金曜日 午後2時～3時

【参加費】 無料（お茶付）

【アピールポイント】 看護師による健康講座や相談コーナー、体操などを通して「知れる・学べる・楽しい」時間をお届けしています。気軽に集い、交流を楽しめる地域の居場所です。

※ななーるカフェは「伊賀市チームオレンジ*」として活動しています。

*認知症オレンジ事業の活動をさらに一歩前進させて活動する、市から認定を受けた登録団体です。



オレンジサロン小田

【ところ】 小田地区市民センター

【と き】 毎月第4木曜日 午前10時～午後2時

【参加費】 100円（お茶・お菓子付）

※昼食はおにぎりを持参してください。

【アピールポイント】

家庭的で、ほっとできる場所です。地域に詳しい元民生委員・児童委員のスタッフが温かく迎え、相談にも寄り添います。昼食はスタッフが持ち寄った野菜たっぷりの手作り味噌汁を、持参したおにぎりと一緒に食べることができます。

【参加者の声】

ここへ来るのが楽しみや。



いがオレンジカフェ

【ところ】 ハイトピア伊賀 4階ミーティングルーム

【と き】 毎月第2火曜日 午前10時～11時30分
（レクリエーションは午前10時20分から）

【参加費】 無料

【アピールポイント】

脳トレや月替わりのレクリエーションを行っています！いろんな地域の参加者が集い交流できる場所です。保健師・介護経験者が認知症についての相談にも対応します。

【参加者の声】 ここに来させてもらって、本当に良かった。知り合いもできて楽しく過ごしています。



にんにんカフェ

【ところ】 はあとの杜^{もり}上野デイサービス（緑ヶ丘本町 1606）

【と き】 毎月第4金曜日 午前10時～11時30分

【参加費】 無料（お茶・お菓子付）

【アピールポイント】

認知症に関する相談や簡易認知機能検査、健康チェック、認知症疑似体験を実施しています。また、ミニ講座や軽運動、脳トレなども行っており、どなたでも気軽に立ち寄れる憩いの場となっています。ぜひご参加ください。

伊賀市認知症オレンジ事業

認知症カフェマップ

◆認知症カフェ（オレンジカフェ）ってどんな場所？

認知症のある人やその家族など、どなたでも気軽に集まることのできる「地域の居場所」です。参加者同士のおしゃべりを楽しんだり、体操やレクリエーションなどを通して、交流ができます。

介護や医療のことを専門職に相談できるカフェもあります。安心して地域とつながることができる場として、各地で開いています。

☎ 地域包括支援センター

☎ 26-1521 FAX 24-7511



オレンジカフェあやま

【ところ】 阿山保健福祉センター

【と き】 毎月第3水曜日 午前10時～11時30分
（レクリエーションは午前11時まで）

【参加費】 無料

【アピールポイント】

認知症・介護予防をめざして、楽しく体操や脳トレを行っています。阿山地区以外の人も参加しています。初めての人も気軽にご参加ください！

【参加者の声】 友達を誘って来ました。楽しかったです。



しらふじカフェ

【ところ】 山畑農事集会所（山畑 1415-1）

【と き】 毎月第3木曜日 午後2時～3時30分

【参加費】 無料（お茶・お菓子付）

【アピールポイント】

「しらふじの里*」から地域に出向いて、アットホームな雰囲気の中、歌や体操、講話、ゲームなど楽しい時間を過ごしています。最後は、職員が用意する季節の手作りおやつが好評です。

*「しらふじの里」は、地域密着型の小規模多機能型居宅介護事業所です。地域周辺にお住まいの人が参加対象です。