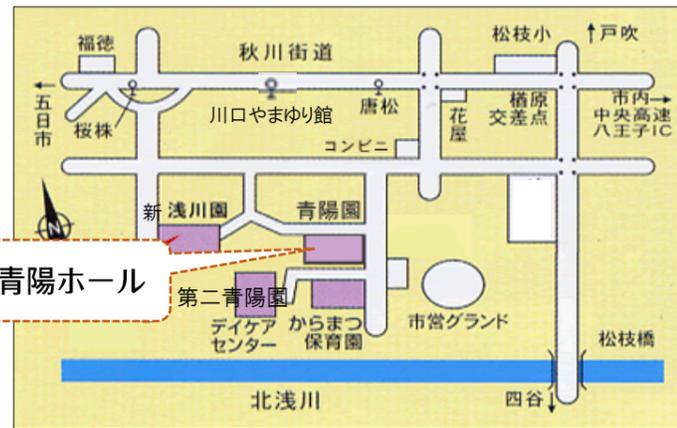


カフェさくら

カフェ・さくらは、地域の方ならどなたでも、介護についての不安や悩み、自分自身の老いについてなど、どんなことでも気軽に話せる、相談できる場所です。
 コーヒーや紅茶をのみながら地域だんらんの時間を一緒に過ごしましょう。
 機能訓練指導員による「ちょこっと体操」もあります。

開催日 毎月第三水曜日 13:30~15:30
 会場 特別養護老人ホーム青陽園 (川口町 1543)
 主催 青陽園・第二青陽園 参加費：無料
 高齢者あんしん相談センター川口



お問い合わせ ☎042-654-5475 (包括川口)

みなみおおさまカフェ!

首都大学東京の学生さんや、地域の皆さまが“世代”を超えて語り合いながら、元気がもらえる楽しい集いの場です！
 どなたでも参加できますので、お気軽にお立ち寄り下さい。
 学生さんや地域の方々によるミニイベントもあります！

■開催日 (平成 29 年)
 2月14日 (火)・3月14日 (火)
 10:00~12:00 ■参加費 100円
 ■会場 首都大学東京 91年館
 ※4月以降の場所と開催日は、お問い合わせください。
 ■お問い合わせは…
 高齢者あんしん相談センター南大沢
 ☎042-678-1880



地域サロン スーヴニールの森

平成 28 年 4 月にオープンした、「スーヴニールの森」。大切な人を亡くした人たちが、個人の思い出を語り合うなど、残された人たちの心が和らぐような場を提供しています。
 「日替わり定食 (400 円)」や店頭販売している地元野菜などをご用意してお待ちしております。お気軽にお越しください。

■開催日 月曜日~土曜日 11:00~17:00
 ■住所 八王子市打越町 2013-1-102
 ■お問い合わせは…
 ☎042-683-0168
 運営 ●数井クリニック

八王子ケアラズ カフェ わたぼうし 通信

第4号 平成 29 年 2 月

八王子市 認知症家族サロン事業



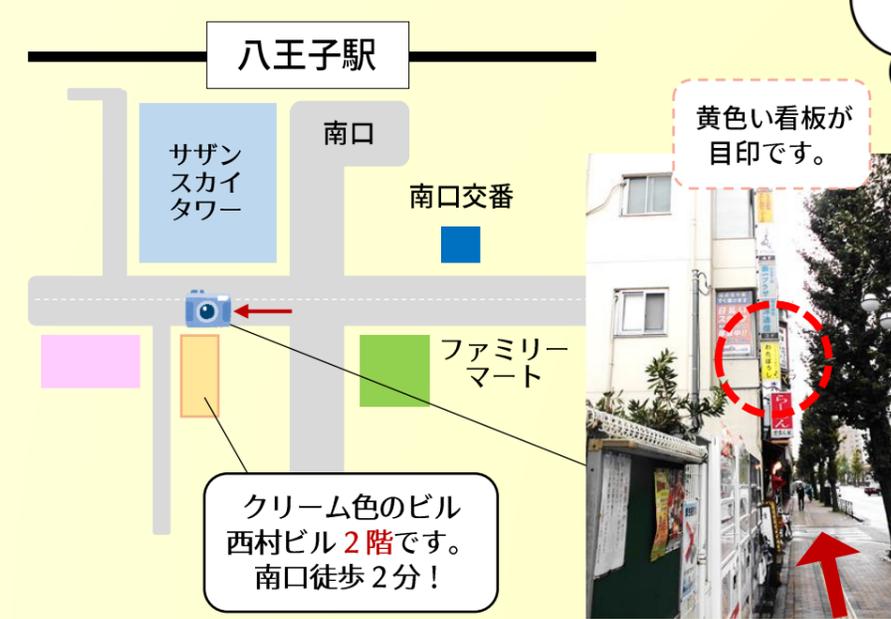
「わたぼうし」って何?

八王子ケアラズカフェ「わたぼうし」は、八王子市が設置した認知症家族サロンです。介護のこと、認知症のことなど、相談をしたり、最新情報を得ることもできます。
 お茶を飲んで、ゆっくり過ごしていただくだけでも…。**利用方法は人それぞれです。**
 ボランティアスタッフには、家族介護者の会の代表や介護者OB等があります。
 お気軽にお越しください！
 スタッフ一同、お待ちしております！

電話相談 はじめます!

お気軽にお電話にて、ご連絡下さい。介護職経験者やボランティアスタッフが話をうかがいます。**秘密は厳守**いたしますので、お気軽にご連絡下さい。
 費用は無料です。

火~土 10:00~16:00
 ☎042-686-2779



ケアコミュニティ はちカフェ

「もちよりカフェ」を開催しています！毎回、タイムリーな話題を提供しながら、「食べて・飲んで・ケア (医療・介護) について考えていきましょう！」という試みです。
 「もちよりカフェ」は、ケアに関心のある方は、どなたでもご参加できます。

■開催日 毎月 1 回 **もちよりカフェ**
 開催日時は、お問い合わせください！
 ■会場 Laser cutter Gallery +Café「Wark (ワーク)」
 八王子市台町 4-43 ローズハイツ八王子 B-101
 ■参加費 お酒を飲む人 1,000 円 / 飲まない人 500 円
 食べ物 1 品 (二人分ほど) を持ち寄って下さい！ 相談可
 お問い合わせは…

ケアコミュニティ はちカフェ
 ☎090-6179-1049 (たかもと)

ほっこり食堂

平成 28 年 7 月、「ほっこり家族」が営む、「ほっこり食堂」がオープンしました。子どもや高齢者の孤食の問題と向き合い、みんなで手作りの料理をにぎやかに食べます。食事の提供だけではなく、子供たちの学びの場や地域の方々の交流の場となれるように頑張っています。

■開催日 毎月 第二・第四月曜日 17:00~20:00 子どもは無料、大人 300 円
 ■会場 八王子市元本郷町 2-6-3
 ■お問い合わせは…
 「ほっこり家族」
 hokkori88n@gmail.com

地域の家族会・サロン情報

営業日 火曜日~土曜日 10:00~16:00
 月曜日、日曜日、祝日、年末年始はお休みです。

〒192-0904 東京都八王子市子安町 4 丁目 10-9 西村ビル 2F
 TEL & FAX 042-686-2779

ホームページもチェックして下さい！
<http://www.koyasu-anshin.jp/>

※駐車場は近隣のコインパーキングをご利用下さい。

2/16 (木)

認知症とは
どういう病気？
—基礎編—

13:30~15:00

2/25 (土)

うたと音楽に
親しむ会

後藤泉さんとともに

13:30~15:00

3/22 (水)

結ぶ会

(認知症の人と介護者の
ネットワークの会)

13:30~15:30

4/1 (土)

認知症当事者の会
ダンデライオン

~お話ししましょ~

13:30~15:30

4/12 (水)

ザ・クラスメッツの
うたごえ喫茶

~唄いしましょ~

13:30~15:30

ザ・クラスメッツ

4/15 (土)

認知症の人との
お付き合いの基本を学ぶ
あるあるエピソード

~物忘れ編~

13:30~15:30

4/27 (木)

結ぶ会

(認知症の人と介護者の
ネットワークの会)

13:30~15:30

5/6 (土)

認知症当事者の会
ダンデライオン

~お話ししましょ~

13:30~15:30

5/18 (木)

認知症の人との
お付き合いの基本を学ぶ
あるあるエピソード

~服薬・入浴・徘徊編~

13:30~15:30

5/16 (火)

うたと音楽に
親しむ会

後藤泉さんとともに

13:30~15:00

平成29年
2月~5月
講座&学習会

会場:わたぼうし 参加費:200円

Q.「結ぶ会」(認知症の人と介護者のネットワークの会)とは…?

A. 介護者の方が、色々な人と繋がるキッカケをつくる会です。

- ① 同じ介護を経験した介護者同士で情報交換ができます。
- ② 地域の「家族介護者の会」とつながるキッカケになります。
- ③ 地域の「家族介護者の会」を開催するお手伝いをします。
- ④ 認知症の最新情報を得ることができます。
- ⑤ 介護者の声を市の施策に反映できるよう、社会に発信します。

定期開催
申し込み
不要

歌と音楽に親しむ会

グラビノーバ奏者の後藤泉さんをお迎えし、
歌と音楽のリラックスタイムをご一緒に…♪

認知症サポーター養成講座
随時開催いたします。
お気軽に、お問い合わせ下さい。



高齢者の自動車運転
どうすればいい？



ホッとな
話題



認知症が始まり、何か事故があつては大変なので、車の運転をやめさせたいと思っています。しかし、いくら家族が説得しても聞き入れてもらえません。車で外出するたびに心配でたまりません。

最近、よく耳にする自動車事故。ご家族としては、本人の身を案じ、一刻も早くやめてもらいたいという気持ちになりますよね。しかし、長年続けてきた運転をやめるには、高齢者にとって大きな決断となりますので、気持ちに寄り添う配慮が必要です。ちなみに、免許を返納しない理由として、「交通手段がなくなるため」「生きがいや楽しみを失うため」という意見が多くなっています。高齢者の免許返納を考えるには、「これまで運転してくれてありがとう」とねぎらいの言葉をかけることや、車にかわる移動手段の確保、運転に代わる新しい楽しみを提案するなど、根気強いサポート、コミュニケーションが必要です。

やめさせたい理由

- ・運転が不安定になった
- ・信号の見落とし、スピードの出し過ぎが増えた。
- ・慣れた道なのに迷った。
- ・車を毎回ぶつける。
- ・新車を動かさない。

本人の気持ち

- ・運転には自信がある。
- ・通院、買い物等で家族に迷惑をかけたくない。
- ・車がないと自由に外出できない。
- ・車が趣味。

運転免許を返納すると、

「運転経歴証明書」を
発行してもらえます。

写真付身分証として使用でき、
有効期限はありません。
免許センターや八王子警察署で
申請できます。



八王子ケアラズカフェ わたぼうし
2周年記念講演会



「介護という時間に意味をみつけていくために」



日時 平成29年3月4日(土) 13:30~16:00

会場 八王子労政会館 第1会議室

第一部 講演 東京都立松沢病院 精神科医長 井藤 佳恵 先生

第二部 パネルディスカッション

座長 平川淳一先生 (南多摩医療圏認知症疾患医療センター・平川病院 院長)

パネラー 井藤佳恵先生・家族介護者の会代表者・認知症の方とその家族介護者

光富 聡 様 (八王子市高齢者あんしん相談センターもとはち南 センター長)

桑野洋子 様 (一般社団法人八王子介護支援専門員連絡協議会)

定員 110名

主催/八王子ケアラズカフェわたぼうし

共催/八王子市内家族介護者の会・認知症疾患医療センター平川病院・(一社)八王子介護支援専門員連絡協議会
(一社)八王子市医師会 D-Net 委員会・八王子市高齢者あんしん相談センター (地域包括支援センター)

参加費:無料 お申込みは、わたぼうし (☎042-686-2779) までご連絡下さい。

