

令和
5年度

だれもが憩える オレンジカフェを開催♪

オレンジカフェを
のぞいてみました！

どんなところ？



地域の方、認知症の方・ご家族、だれもが気がねなく過ごせるカフェがオープン♪

カフェでは楽しく健康づくりができるイベントも開催しています。

✧ちょっと外出して明るい雰囲気過ごしたい方はぜひお越しください✧

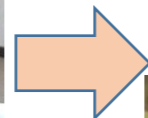
- 認知症に関する情報を得たい
- 予防に興味がある
- 地域の人と交流したい

中面に地域のカフェを掲載！

☆てんのうだい おれんじカフェの一例☆

～感染予防対策～

参加される前にみなさんに手指消毒と検温をお願いしています。室内には空気清浄機を設置しています。教室終了後は、机や椅子も消毒しています。感染防止対策を徹底していますので、安心してお越しください。



「優しいヨガ講座」の様子



開催月によって、様々なイベントを実施しています☆

♪ロコモシンドローム予防体操

一緒に身体を動かしてみませんか？楽しく身体を動かすと気分もスッキリしてきます。

♪簡単に作れる料理教室

料理を楽しく一緒に学んでいきましょう。ぜひ夜ご飯のレシピの参考に☆

♪介護相談コーナー

専門職による相談を行っています。なにか困っていることや気になることがあればお気軽にご相談ください。

その他、楽しいイベントたくさん！

・音楽コンサート

楽器の音色を楽しめます。綺麗な音色を聞くときっと癒されますよ。



市内のオレンジカフェ一覧

～地域のカフェにぜひご参加ください♪～

認知症について
学べる・予防できる

やすらぎ・交流

令和5年9月現在

カフェ名称	開催日	時間	会場（住所）	問合せ先	参加費	その他
てんのうだい おれんじカフェ	毎月 第4水曜日	13:00～15:00	生活介護事業所 ぶらむつりー （柴崎台3-2-26） 天王台駅北口から徒歩7分 あびバス第三小学校前すぐ	田中 ☎090-3427-7466	無料	予約なし お一人でもグループでもお気軽に参加ください

～オレンジカフェの参加者様へインタビュー～

毎月、いろんなイベントがあるので
楽しみです。

みなさんと会えてお話できることが
うれしいです。

オレンジカフェには、いろんな人が
通っているので気軽に参加してみてください。
きっと楽しいですよ。




☆新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止となる場合があります。

開催日の詳細は、各団体にお問い合わせください。



認知症の状態に合わせて利用できる 支援の流れ

	認知症がない状態	あれ？ 物忘れかな	そろそろ誰かの見守りが必要	日常生活に手助けが必要	常に手助けが必要
本人の様子		<ul style="list-style-type: none"> ●物の忘れが多くなる。 ●約束や予定を忘れる。 ●料理や片付け、計算などミスが目立つ。 ●同じものを買ってくる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●食事したことを忘れる。 ●外出すると道に迷ってしまう ●銀行などで機械操作が難しくなる。 ●身なりを気にしなくなったり、季節に合わない服装をする。 		<ul style="list-style-type: none"> ●日常生活動作の中で介護が必要になる。 ●家族の顔や人間関係が分からなくなる。 ●活動量が少なくなり、日中も寝ていることが多くなる。 ●今の気持ちを表現しにくくなる。
生活上のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ●地域の行事やボランティアなど社会参加は積極的に続けていきましょう。 ●ご家族や友人と、趣味やレクリエーションなど楽しい時間をもちましょう。 ●家庭内でも役割を持ち、継続できるようにしましょう。 ●いつもと様子が違うと思うことや介護で困ったことがあれば、早めにかかりつけ医や高齢者なんでも相談室に相談しましょう。 		支援のポイント <ul style="list-style-type: none"> ●間違いや失敗に対して「大丈夫」と肯定する気持ちを示しましょう。 ●自分の思いをうまく伝えることが難しいときは、本人の思いをくみ取り、寄り添いながら接しましょう。 ●一人で抱え込まず、ケアマネジャーや高齢者なんでも相談室に相談したり、家族の集まり等に参加しましょう。 		
介護予防 社会参加					
安否確認 見守り	民生委員 SOS ネットワーク 配食サービス 認知症高齢者等見守りシール お元気コール…地区の高齢者なんでも相談室より定期的に電話 見守り安心 GPS 連絡し、安否を確認します。				
介護	介護（介護予防）サービス 訪問介護 通所介護 通所リハビリテーション など 介護サービス 訪問介護 訪問入浴 通所介護（デイサービス） 通所リハビリテーション（デイケア） 短期入所生活介護（ショートステイ） 小規模多機能型居宅介護 など				
医療	かかりつけ医 訪問看護 訪問診療 認知症疾患医療センター 認知症初期相談チームあびこ				
生活支援	移動スーパー 民間配食・宅配サービス シルバー人材センター 運転免許証自主返納者公共交通機関優遇制度				
住まい	自宅で暮らす 住宅改修など、自宅で利用できる介護保険のサービスがあります。 軽費老人ホーム（ケアハウス） 身体機能の低下など生活に不安がある人に対し見守りなどの支援が受けられる施設です。 有料老人ホーム…食事や家事などの生活支援を受けられる施設です。 サービス付き高齢者向け住宅 …生活支援を受けられるバリアフリー構造の住宅です。 専門職に相談する 高齢者なんでも相談室（裏表紙） ケアマネジャー				
家族支援	ちば認知症相談コールセンター 認知症の人の家族のつどい「あびこ」 認知症の人と家族の会				
金銭管理 権利擁護	高齢者虐待の通報・相談 高齢者の人権が侵害される高齢者虐待について、高齢者なんでも相談室、市役所高齢者支援課にて通報や相談をお受けしています。 日常生活自立支援事業 成年後見制度				