

南部地域包括支援センター便り

NO. 92 令和8年8月号

令和 8年8月1日発行

9月21日は世界アルツハイマーデー

9月は「世界アルツハイマー月間」です。

認知症は、誰にでも起こりうる身近な病気です。認知症について正しく知り、地域で支え合うことの大切さを考える機会として、世界中で様々な取り組みが行われています。

認知症になっても、住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることはできます。そのためには、本人や家族だけで抱え込まないこと、そして地域の皆さんの理解や見守りが大切です。

認知症のサイン

- ☐ 同じ話を何度もする
- ☐ 約束や予定を忘れることが増えた
- ☐ 財布や鍵の置き場が分からなくなる
- ☐ ささいなことで怒りっぽくなった



認知症は原因によっては、早期に発見して適切な対応を取ることで治療や進行を抑えることが可能です。認知症のサインに気づいたら早急にかかりつけ医や「もの忘れ外来」「認知症外来」を行っている専門医に相談しましょう。

認知症の方と接するときには心がけたい 3つの「ない」

- ① 驚かせない ② 急がせない ③ 自尊心を傷つけない

伊勢原南部地域包括支援センター：伊勢原シティプラザ 1 階

TEL 0463-71-6616 FAX 0463-94-5990



南部の「お宝さん」コラムコーナー



あずま



美味しいコーヒーで人と人をつなぐ「カフェ東」



今回は、大阪生まれで東京の美術学校で服飾技術を学び、30代で伊勢原へ移り住んで約50年。交流の場として「カフェ東」を開放しているお宝さんをご紹介します。

若い頃は機械編み物の講師として教えながら研究を重ね、編み物をもっと花形にしたいとの思いで、スカーフや刺繍、毛糸を使った造形作品を数多く生み出してきました。

若い頃はコーヒー好きのお父様と新橋で待ち合わせをし、一日に5軒ほど喫茶店を巡るのが楽しみでした。伊勢原では、ご主人の仕事仲間が集まる自宅で手作りのスープやコーヒーを振る舞い、いつも賑やかに過ごしてこられました。

ご主人が体調を崩されてから15年間介護を続け、十年前に見送られたあとは長い間気力がわかなかったとの事。数年前からお散歩「トトロの会」の休憩や会合の場所として自宅を開放し「カフェ東」として交流の場になっています。

これからも今まで温めてきた作品を大切にしながら、「カフェ東」として時々自宅を開放して、美味しいコーヒーを皆様に振る舞いたいと笑顔で話されていました。

今年は市展で
ダブル受賞！

自分がこの地球上に
生きた証を残したい
との思いから、伊勢
原市展に二作品を応募。
見事、審査員奨励賞の
入賞と入選を果たされ
ました！



深間(ノ)世界 (主糸(ノ)刺繍)



地域包括支援センターは、

高齢者（主に65歳以上）のよろず相談窓口です！

7月17日開催 第2回 出前包括 in 南公民館 開催報告

今回も延べ40人近い方にご参加いただきました。百歳体操で始まり、お昼にかけては宅配クック123さんのフレイルのお話と試食会。タンパク質がフレイル予防に必要なポイントを再確認しました。

午後の行政書士さんの終活のお話の後、施設紹介会社の「あいらいふ」さんの個別相談。こちらも好評のうちに終わりました。

終日開催のオレンジカフェに恒例の笑いヨガなどなど、盛りだくさんな一日でした。次回もお楽しみに！



フレイル予防
と試食会



行政書士さん
個別相談



オレンジカフェ
うちわ作り



笑いヨガ♪

♡ ボランティアさん大活躍 ♡

日頃より送迎いただいているツクイ東大竹さんに加え、今回は地域の有志2名の方がご協力くださいました。他にも会場の受付や片付けに協力してくださる方も増えています。感謝！



第3回の出前包括は10月を予定しています。詳細は回覧板等でご確認ください。

<認知症サポーター養成講座> 6月と7月に1回ずつ行い、両日で30名近い認知症サポーターが誕生しています。

<東海ブルーカフェ もしばなゲーム>

7月14日学研ココファン伊勢原で開催しました。20人を超える参加者が5グループに分かれてカードゲームを行いました。自分にとって大事なことは？受けたい医療は？とカードを通して考え、気持ちを話し合いました。



熱中症注意！ 患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者。喉の渇きを感じなくても**こまめな水分補給を！！**

～第4回いせはらオレンジフェスタ～

認知症とともに生きるまちを目指して、、、

認知症の一大イベントです、、、入場無料！ぜひご参加下さい！

日時: 9月12日(土) 10時～

場所: 伊勢原市民文化会館(田中348)

内容: 映画「長いお別れ」、認知症VR体験会、

認知症サポーター養成講座、介護者・家族の会、

認知症認定看護師による相談会、

産業能率大学学生によるスマホ講座 等

詳しくは、広報誌をお待ちください！！



～南公民館で百歳体操～

日時: 8月18日(火) どちらも

9月 8日(火) 13:30～

場所: 南公民館 1階 集会室

初回参加時のみ、申込みをお願いします。

申し込み: 南部地域包括支援センター0463-71-6616へ



伊勢原市主催 家族介護者教室 <施設のはなし>

日時: 8月27日(木) 13:30～15:00

場所: 伊勢原シティプラザ 1階 ふれあいホール

申し込み: 伊勢原市地域福祉推進課 0463-94-4719へ

○暑い中の外出時、「ちょっと涼みたい…」

ご厚意で休憩場所として開放してくださっています。

★やまどり薬局、セブンイレブン東大竹店、もみじ薬局。



○出前包括やオレンジカフェ、ミニサロン等でのお手伝いや、会場へ歩いてくる方の付き添いや車での送迎など、色々な方法でご協力をいただけるボランティアの方を募集しています。興味がある方は南部包括まで。ご連絡お待ちしております。