

ご家族を介護されているみなさん、お疲れさまです！

認知症の方を日々介護するなかで、移りゆく症状に戸惑い悩み、どうしたらよいかと思われることの連続ではないでしょうか。

みなさんの介護が少しでも楽になるように、ほっとひと息つける語らいの場として、認知症カフェ「ここあん」を開催しています。お気軽にお越しください。

#### ◆とき

毎月第2木曜日 10:00~15:00  
(※時間内の出入りは自由です)

#### ◆ところ

馬瀬交流センター  
養父市八鹿町小佐 6-6 (八鹿町馬瀬)

#### ◆参加費

100円 (飲み物、茶菓子)



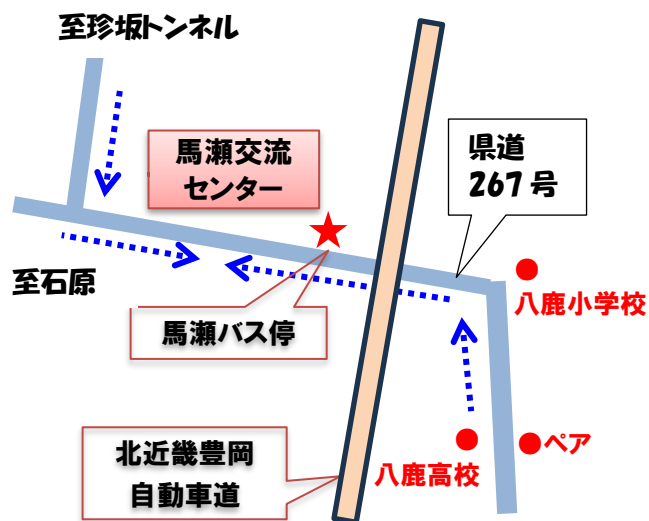
#### ◆対象

認知症の方とご家族  
(※一般の方や他市町の方も参加できます)

#### ◆内容

「認知症の人と家族の会」の会員が常駐し、介護する者同士で語りあったり、認知症について学んだりして、お茶を飲みながらゆっくりと過ごします。

## アクセスマップ



### 馬瀬交流センター

養父市八鹿町小佐 6-6 (八鹿町馬瀬)

駐車スペースあり  
全但バス「馬瀬」バス停下車すぐ

#### 【問い合わせ先】

代表者 山崎敬一

TEL (090)1901-7678

社会福祉法人 養父市社会福祉協議会

〒667-0022 養父市八鹿町下網場 320

TEL (079) 662-0160

FAX (079) 662-0161

ホームページ <http://www.yabu-shakyo.jp/>

ここあん  
心安心

## 認知症カフェ

# ここあん

令和5年度版

※令和5年8月から



社会福祉法人  
養父市社会福祉協議会



## 令和5年度開催予定

### (毎月第2木曜日)

4月13日	5月11日	6月8日
7月13日	※8月3日	9月14日
10月12日	11月9日	12月14日
1月11日	2月8日	3月14日

## 月メッセージ

### 介護を通して 人と人とのつながりを

昨年1月に17年間介護した妻を看取りました。妻は55歳の若さで「レビー小体型認知症」を発症しました。発症当初は幻視・幻聴・妄想がひどく、ひとりで介護を背負い込んでいました。



「ここあん」  
代表 山崎 敬一  
(八鹿町椿色)

そんなとき神戸にある「認知症の人と家族の会」に出会い参加しました。介護者同士で話し合い、学び合うことによって「陽だまりのようなホッカリ感」と「介護の見通し」を与えていただきました。

介護は悲惨ではありません。妻を介護することで色々な人とのつながりができ、充実した生活を送っています。

ぜひ認知症カフェで、一緒にお話ししませんか。つらいときもあると思いますが、悩んでいるのはあなた一人ではありませんよ。

## ここあんの様子



カフェには、地域ふれあいの家ボランティアグループ「ほっとハート」や地域のボランティア、ケアマネジャーも参加し、認知症のご本人や介護者とお茶を飲みながらゆっくりと過ごしています。



### お願い

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご理解・ご協力をお願いします

- ・マスクの着用、検温、手指消毒をお願いします
- ・滞在時間を2時間以内とします
- ・但馬外からの参加は、当面の間お控えください

## 相談窓口

### 養父市地域包括支援センター

◎認知症・総合相談

☎ (079) 662-7603

- ・相談日 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)
- ・時間 8:30～17:15
- ・住所 〒667-8651  
養父市八鹿町八鹿 1675  
養父市役所介護保険課内



### ひょうご若年性認知症生活支援相談センター

◎若年認知症専門相談

☎ (078) 242-0601

- ・相談日 月～金曜日(年末年始・祝日を除く)
- ・時間 9:00～12:00  
13:00～16:00
- ・住所 〒651-0062  
神戸市中央区坂口通 2-1-1  
兵庫県福祉センター内

### 認知症の人と家族の会 兵庫県支部

◎認知症高齢者専門電話相談

☎ (078) 360-8477

- ・相談日 月・金曜日(年末年始・祝日を除く)
- ・時間 10:00～16:00  
(12:00～13:00 休憩)
- ・住所 〒651-1106  
神戸市北区しあわせの村 1 番 10 号  
神港園しあわせの家内  
(TEL・FAX 078-741-7707)  
月・木曜日 10:00～17:00  
※水・木曜日(年末年始・祝日を除く)は、看護協会の看護師が担当