

■活動紹介シート

名称	認知症カフェ ここあん			
事務局 連絡先	住所	〒667-0022 兵庫県養父市八鹿町下網場 320		事務局 養父市社会福祉協議会 地域福祉課
	TEL	079-662- 0160	FAX 079-662- 0161	
	E-mail	mailto:info@yabu-shakyo.jp		
	HP	http://www.yabu-shakyo.jp/		

【活動内容】

- 活動の名称：認知症カフェ「ここあん」
- 開催日：毎月第2木曜日
- 開催時間：10：00～15：00
- 場所：代表者（山崎敬一）自宅
- 参加費：無料（コーヒー1杯 20円）
- 参加方法：開催時間内なら出入自由です

活動内容

毎月1回、認知症の方と介護されている方々が気軽に参加し、お茶を飲みながらゆっくりと過ごしています。

このカフェでは、自身の介護の話や、家族の話、認知症についての話を、参加者が思い思いに話します。また、介護者同士であるので、同じ悩みを共有でき、ここに行けば誰かがいるという安心感を生むことができるうえ、気軽に外出できる機会になっています。

※新型コロナウイルス感染防止のため、2020年（令和2年）6月から会場を変更して実施しています。2021年（令和3年）10月までは下記の会場です。

〒667-0051 兵庫県養父市八鹿町石原 138-2 山崎敬一宅
電話・ファクス：079-662-6709

【活動のようす】

「認知症の人と家族の会」の会員が常駐し介護相談に応じるほか、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も参加し、介護者と交流しながら、お茶を飲みながらゆっくりと過ごしています。

2013年（平成25年）10月に但馬最初のカフェとして発足して以来、1回も休んだことがありません。

認知症になっても、自分の慣れ親しんだ地域で自分らしく生きていくことができるよう、何ができるか、みんなで考えています。

みんなつながりあって生きているんだなあ、ということが実感できるカフェです。

【メッセージ】

介護は悲惨ではありません。介護を経験することで色々な人とのつながりができ、充実した生活を送ることができます。

ぜひ認知症カフェで、一緒にお話しませんか。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。