

若年性認知症本人・家族交流会

おりがみカフェ

日頃の気になることや悩み、日常生活での工夫、

サービスの利用方法など、お互いに気楽に話してみませんか？

認知症地域支援推進員がお待ちしております。

対象：足立区内在住の

若年性認知症のご本人・ご家族

※ご本人のみ、またはご家族のみでの参加も可能です。

日時：令和8年 11月 14日（土）

午後1時30分 ～ 午後3時

内容：①ミニ講座「認知症の人にやさしい環境づくり」

講師：認知症地域支援推進員

②ご本人、ご家族グループに分かれて交流会

会場：足立区総合ボランティアセンター

足立区日ノ出町27-3-102 UR日の出町団地3号棟1階

※駐車場はございませんので、近隣のコインパーキングか公共交通機関のご利用をお願いいたします。

参加費：無料

お問い合わせ お申込み先

足立区 高齢者はつらつ支援課 高齢者はつらつ支援係

03-3880-5642

おりがみカフェ

参加者（ご本人）からアイデアをいただき命名されました。

折り紙のように十人十色

その人らしさ、その人のカラーを大切に…という想いが込められています。



タイムスケジュール

※状況により変動する場合があります。予めご了承ください。

午後1時30分

はじまりのあいさつ、自己紹介、足立区からのお知らせ など

午後1時40分

ミニ講座（認知症の理解、介護予防、健康づくり等について）

午後2時00分

ご本人グループとご家族グループに分かれる

ご本人グループ

- フリートーク
 - ・ 普段の生活、困りごと
 - ・ 自分なりの工夫や対応策
 - ・ 前向きに暮らしていくヒント
 - ・ どんな生活をしたいか
 - ・ これからやりたいこと など
- 回想法
 - ・ 懐かしい写真など見ながらコミュニケーションをとることで脳の活性化やこころの安定をはかる。

ご家族グループ

- フリートーク
 - ・ 参加したきっかけ
 - ・ 診断を受けた時の気持ち
 - ・ 近況報告
 - ・ 普段の生活、困りごと、心配なこと
 - ・ 工夫や対応策
 - ・ 家族同士でのアドバイス
 - ・ 各種制度やサービスの紹介 など

午後2時50分

終わりのあいさつ、次回の案内、アンケート記入 など

午後3時

解散

参加者の声

『いろいろと話してすっきりした。』

『自分だけではなく、同じ思いをしている人がいることがわかってホッとした。』

『（本人が）笑って楽しそうにしているのを久しぶりに見た。来て良かった。』

『せっかくなのでもっとたくさんの方が来られるといいですね。』