

# 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：1月 10日（土）

午後1時30分～午後3時

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 高齢者地域包括ケア推進課 はつらつ高齢者支援係

03-3880-5642

# おりがみカフェ

参加者（ご本人）からアイディ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

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。
- アクティビティ
  - ・散歩、ストラックアウト
  - ・将棋、オセロ など

### 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45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。』