

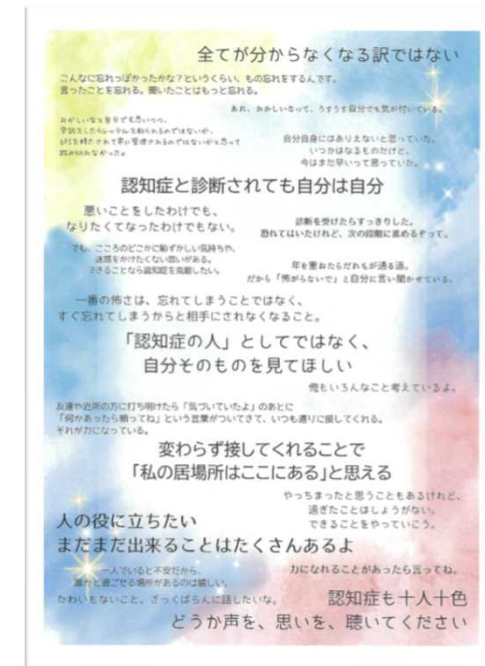
「おはなし会」とは？

- ・「おはなし会」は、フラワー地域包括支援センター（特別養護老人ホーム ゼフィール三田）が主催する認知症ご本人が気軽に集まってお話しする本人ミーティングです。日々の感じていることや思いを安心して話せる場で、参加した皆さんが認知症に気兼ねなく交流しています。
- ・地域包括支援センター職員だけでなく、地域のボランティアの方も“サポーター”として同席し、本人の声を尊重しながら共に考える場となっています。
- ・毎月1回、10:00～12:30に狭間が丘コミュニティセンターで開催されています。
- ・“参加者を広げる”よりも“活動続ける”ことを大切に、認知症の方が安心して自分らしく過ごせる場を大切にしている活動です。

「おはなし会」のきっかけ

- ・フラワー地域包括支援センターでは、10年前から「花✽花カフェ」（認知症カフェ✽）を開催しており、三田市にある4つの認知症カフェの中でも最も長く活動しています。毎月25～30名が参加するなど、地域に親しまれているカフェです。
- ・活動が続ける中で、“これまでのつながりを大切にしつつ、新たな取組を行いたい”という思いが、「おはなし会」を始めるきっかけとなりました。
- ・「花✽花カフェ」に参加されていた方に、地域包括支援センターの職員が声かけして「おはなし会」に参加するようになった方もいます。

※認知症カフェとは、認知症の方やその家族、地域の人々が集まり、気軽に交流したり、情報を交換する場所。認知症への理解を深めたり、地域とのつながりを作ることが目的であり、全国各地で運営。



「おはなし会」等で認知症ご本人の声を集めた
啓発展示用ポスター
(発行：三田市地域包括支援センター)

「おはなし会」の様子

- ・ スケジュール ※開催月によっては、メンバーの親睦を深めるためバーベキューなどのお楽しみイベントを行うこともあり

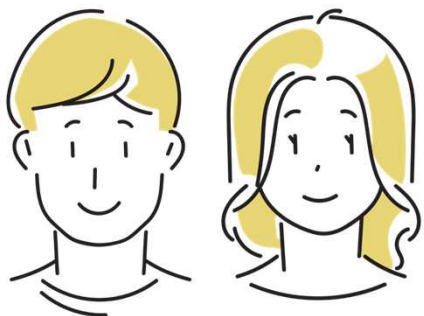
10：00～11：00 コミュニティカフェ「カフェ狭間」の手作り定食を食べながらフリートーク

11：00～12：30 テーマトーク（テーマは月替わり）

- ①“あなたにとって家族ってどんな存在？”
- ②“認知症、もの忘れ、自分は思う？”

- ・ 認知症ご本人の娘さんが作ったビオラとマリーゴールドのコサージュを、参加者は名札とともに身に着けています。今回初めて参加された方にもコサージュが手渡され、初めての方でも自然に溶け込める温かい雰囲気がありました。

- ・ 地域包括支援センターの職員が司会進行を行い、ご本人同士が話しやすい環境になっています。



💡 参加者の声

- ・ 会話の中でふと悩みを思い出し、自然と共有が生まれることもあります。そうした気づき合いや分かち合いの場は、本当に大切だと感じています。
- ・ 一人で抱え込まず、みんなで笑いながら話し、時間を共にすることに大きな意味があると思います。

三田市の認知症に関する取組紹介



◆ 認知症カフェ

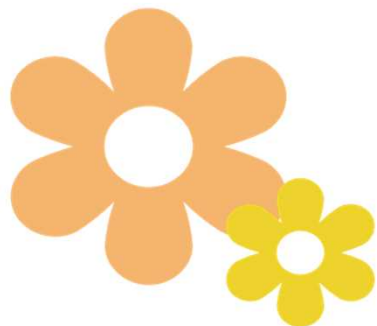
- ・三田市では、4つの地域で認知症カフェを開催。（月1回2時間程度）
- ・「花✿花カフェ」「にこにこカフェ」「こもれびカフェ」「認知症cafeいろどり」があり、認知症ご本人やご家族が気軽に立ち寄り、交流や会話を楽しみながら安心して過ごせる“ホッとできる場”となっています。

◆ 集まろう！オレンジリングproject

- ・フラワー地域包括支援センターが主催する認知症講座。
- ・前半は認知症について学ぶ「認知症サポーター養成講座」、後半は「当事者と家族からのメッセージ」として、認知症ご本人とご家族による経験談や思いを聞くことができる構成で開催。
- ・今年度は9月21日（日）及び10月4日（日）に実施されました。
- ・「当事者と家族からのメッセージ」では、「おはなし会」に参加されている方が登壇されました。



認知症カフェについてのチラシ
(発行：三田市地域包括支援センター)



「集まろう！オレンジリングproject」のチラシ
(発行：フラワー地域包括支援センター)

訪問を終えて・・・

- ・ **参加者同士が穏やかに語り合う様子が印象的でした。**

認知症ご本人同士が自然体で会話を交わし、お互いの気持ちを大切にしながら安心して話せる環境が作られていました。温かい雰囲気の中でお互いを思いやる様子が印象に残りました。



- ・ **“サポーター”の方のそっと寄り添う見守り方に感銘を受けました。**

“サポーター”の方は主体的に話すのではなく、ご本人の気持ちや話の流れを尊重しながら、必要な時にさりげなく言葉を添える丁寧な対応が印象的でした。このような寄り添う姿勢が、本人主体のミーティングを支える大切な役割を果たしていると強く感じました。

- ・ **ご本人の声にじっくり耳を傾け、尊重されている場であることを強く感じました。**

参加者が自分の思いを率直に話し合うことで、理解や共感が深まり、穏やかな安心感のある場になっていました。さらに、地域包括支援センターの職員の丁寧かつ和やかな進行により、ご本人同士だけでなくサポーターの方との間にも温かい信頼のつながりが築かれていることが伝わってきました。