



認知症地域支援推進員たより 第8号

第1回

だるまミーティング

そーだんべー あーだんべー
語り合おう

を開催しました！

だるまミーティングとは…

『高崎市 認知症本人ミーティング』の愛称です。

認知症の本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場です。「集って楽しい！」に加えて、本人だからこそその気づきや意見を本人同士で語り合い、それらを地域に伝えていくための集まりです。

R4 年と R5 年には、高崎市の事業『農業体験バスツアー』の中で本人ミーティングを開催しましたが、本人ミーティングのみ単体での開催は今回が初めてとなりました。

当日の様子

R8 年 2 月に開催しました。認知症の方ご本人が 5 名、付き添いの方が 5 名の、計 10 名が参加されました。

全員で自己紹介した後、認知症ご本人グループと付き添いの方グループの、2 つのグループに別れて、それぞれで話をしました。

認知症の方ご本人のグループ (愛称：だるまグループ)

★アイスブレイク

『自分の好きなもの』

★話し合い

『生活の中での困り事』

『オレンジヘルプカード
を知っていますか？』

→今日の感想を発表

オレンジヘルプカード

このカードは、サポートを必要としている方の手助けとなるよう、高崎市長寿社会課が発行しています。本人が困っており、緊急の際は、警察や消防の緊急連絡先へご連絡をお願いします。

発行：高崎市長寿社会課

付き添いの方グループ (愛称：観音グループ)

★話し合い

『困ったと感じていること。対応の仕方。介護者の皆さん、それぞれどうしていますか？』

『ストレス発散方法について』
→今日の感想を発表

その後、オレンジ色のシールに 1 人 1 人、メッセージを書き…

かきかき



ぺたぺた



用意しておいた真っ白なだるまへ、皆さんに貼っていただきました🌸

全員で集合写真を撮って終了となりました！

パシャッ



裏面もあります →

参 加 し た 皆 さ ん よ り

○の中の言葉は会話に上がった内容。
□の中の言葉は実際に皆さんに書いて
いただいたメッセージです。

気軽に話が聞けてよかつた。自分の思いが伝えられてよかった【本人】

約束をしたことを忘れる。だから約束もできない。人に迷惑をかけたくないから【本人】

困るのは気が短いこと。何とかコントロールしようと思ってるんだけどね【本人】

本人を無視して決めると怒るから、本人に聞いて、予定に書いて、本人に見せるようにしている【家族】

認知症の診断が下りた段階で、今後どうしていけば良いのか、どういう所と繋がれると良いかなど、情報が分かると良いと思う【家族】

自分らしく暮らしたい！！【本人】

仲間と話すと気持ちになる！
【家族】

- ・群馬の山に登りたい
- ・暮坂峠でキャンプしたい【本人】



“参加して本当に良かった”
と思います【本人】

本人・家族
笑って、楽しい日々が
たくさんありますように
【家族】

今日は私にとって
気持ちいい日でした【本人】

←だるまの裏側
(実際のメッセージ)

当日、ご本人から
こんな言葉が…

グランドゴルフをやったんですけど、わけ分かんなくなっちゃって…。
点数を数えるのがね。



次回はみんなでグランドゴルフを試みるのはどうだろう？



開催方法を
現在検討中です！