



このまちで
いつまでも
元気に暮らしたい
そんなあなたを
応援します。



いよいよ夏本番を迎えるころ、お元気にお過ごしでしょうか。
今回は認知症と防災に関する記事を掲載していますのでご覧ください。



「岡山市のチームオレンジ」

岡山市のチームオレンジは、「認知症になっても自分の希望を叶える地域づくり」として令和4年度から取組みを開始しました。認知症の本人の意向を聴き、その希望を叶えるために本人、家族、認知症サポーターが水平な関係のもと、一緒に参加し、活動していくことを大切にしています。

令和5年度

モデル地区の活動

認知症とともに住み慣れた地域で
認自分らしく生きる

北区中央 内山下・深柘地区



チームこもれび

「歴史の話がしたい・後世に伝えていきたい」ある認知症の本人の希望を叶えるために、地区内の短期大学や医療センター、地域住民に協力を呼びかけ、チームとして活動を開始しました。R5年11月、川崎医療短期大学にて、自分の人生・経験を自らの言葉で伝える機会が設けられ、希望を実現しました。これからも認知症の本人の声を聴き、活動を続けていきます。

ひまわり

昔からの顔なじみのご近所さんを中心に、認知症の本人の声を丁寧に聴きとることを大事に見守りを実施しています。メンバーでの対話を通して、本人が自分らしく暮らし続けるために周囲ができることが明らかになりました。本人のペースに寄り添った心地良い距離感で繋がり続けられるよう、心配事が出てきた時に関係者で集まって話をしていく予定です。

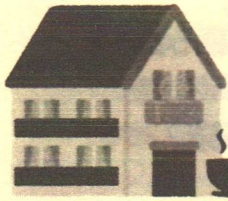
東区 千種小学校区



中

区 のチームオレンジの取り組みを紹介します！

サボくま：
岡山市地域包括支援センター
認知症担当キャラクター



財田地区「さんかく屋根の会」

認知症の本人と家族、認知症サポーターがコメダ珈琲東岡山店で開催している認知症カフェ(オレンジスペース)で出会い、令和4年11月から活動に向けて集まり始めました。

美味しい飲み物を片手に「何ができるか。何がしたいか。」本人・家族の声を聴くことを1番大切に取り組んでいます。

仲間と繋がりたいという声から、当事者・家族の集える機会を計画しています。



オレンジスペース

開催日：毎月第3火曜日

(祝日は別日)

時間：14時～16時

場所：コメダ珈琲東岡山店

費用：飲食代のみ

事前申し込み等不要です

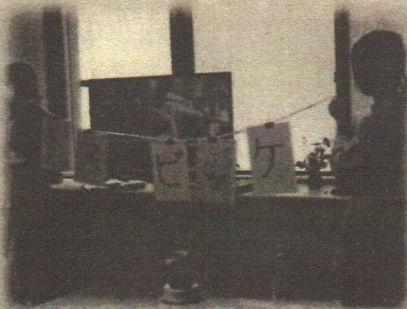
ご興味のある方は

包括までご連絡を！

活動の様子はこちら

令和6年5月26日 いつも集まる「さんかく屋根」を飛び出して岡山ふれあいセンターで「本人ミーティング」を開催しました！

懐かしの歌を歌ったり、ゲームや会話を楽しみながら認知症の本人やその家族の方、様々な立場の参加者で交流を行いました！



並び替えゲームで頭の体操！



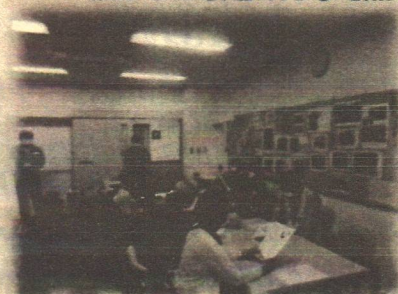
この日は天気が良かったのでみんなで楽しくお散歩



日陰を見つけて
思い思いに話したり・・・



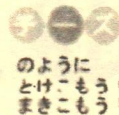
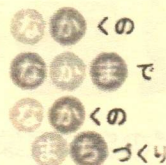
懐かしの歌をみんなで熱唱！



本人ミーティングとは？

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のことです。

なかまちーず



なかまちーずとは？

岡山市中区で働く医療・福祉・介護の専門職が協働し、活動している取り組みです。

岡山市中区が、健康で医療や介護が必要になっても、最後まで住み慣れたところで暮らし続けられる地域となることを目指しています。具体的な活動として、「なかまちーず多職種意見交換会」「なかまちーず市民と専門職の意見交換会」「なかまちーずフェスティバル」を開催しており、地域の医療従事者、町内会、学校、企業などがチーズのように溶け込み巻き込みながら活動を行っています。

なかまちーずフェスティバル

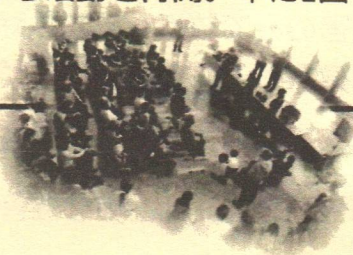
令和6年3月30日 5年ぶりになかまちーずフェスティバルが

岡山ふれあいセンターで開催されました！

今回は「人生の今と向き合う～最期まで自分らしく生きるために～」をテーマとし、来場者数は累計800名以上と大盛況でした。

介護相談や認知症についての展示、遺品整理や災害備蓄食の体験コーナー、血管年齢や骨密度の測定などの様々なブースが出店、また医師による講話も多数ありテーマに沿ったイベントが盛りだくさんでした。食べ物の売店やスタンプラリーもあってお子様連れの方も楽しく参加されていました！

コロナの影響もあり長年開催が出来ていっていませんでしたが今年から活動を再開。年に1回ではありますが、次回開催時にはぜひお立ち寄りください！



どなたでも参加OK！

9月は認知症月間です！

令和5年6月 日本ではより多くの方が認知症に対して理解と関心を深められるように、認知症基本法が成立し、9月を認知症月間、9月21日を認知症の日と決めました。

今年度も岡山ふれあいセンターでは、**サポくまフェスティバル**を企画しています。

日時：9月8日（日）10時～14時

《昨年度のイベントの様子》

場所：岡山ふれあいセンター

（岡山市中区桑野715番地2）

内容：子どもから大人まで楽しみながら

認知症について学べる企画を予定。



※詳細は中区地域包括支援センターまで（裏面）お問い合わせください。

【要】災害に備えましょう！

地震や豪雨などの自然現象は、人の力ではくい止めることができません。いざという時のために準備しておきましょう。



岡山市地域包括支援センターキャラクター
ほうほう

☆非常持ち出し品の一例

- 水 □食料 □懐中電灯 □救急医薬品・常備薬（キズ薬、ばんそうこうなど）
- 携帯ラジオ □貴重品（紙幣や健康保険証） □予備電池 □生活用品（衣類、軍手、缶切りなど）



岡山市ホームページや各区役所で
ハザードマップも入手可能です



☆岡山市では緊急告知ラジオを販売しています。

緊急告知ラジオは大雨警報や洪水警報等に基づいて発令される避難情報や地震、津波、弾道ミサイルなど市内全域に関係する緊急情報を受信し、電源を切っていても自動で起動して、最大音量で放送するラジオです。レディオモモを受信できる環境が必要です。緊急速報メールを受信できない方でも災害情報を即座に受け取ることができます。

販売価格 ◆一般価格9,000円（税込） ◆軽減価格2,000円（税込）

※軽減価格の条件（いずれも証明書類の提出は不要）①住民票に記載された世帯全員が65歳以上の世帯 または②避難行動要支援者（要件は以下の通り）・要介護3から5を受けている方・身体障害者手帳1・2級（総合等級）の第1種を所持する身体障害者（心臓、じん臓機能障害のみで該当する方は除く）・療育手帳Aを所持する者、地域定着支援を利用している精神障害者・障害福祉サービスの介護給付等を受けている難病患者

【申し込み】各区役所総務地域振興課 ※詳しくは岡山市ホームページをご覧ください

【問い合わせ先】岡山市危機管理室緊急告知ラジオ担当 086-803-1082

岡山市中区地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者を保健・医療・福祉・介護などさまざまな面から総合的に支える機関として、設置された公的機関です。

保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等の専門職が高齢者の相談に応じます。

高齢者や家族の
相談窓口です

みなさんの
権利を守ります

高齢者が
暮らしやすい
地域づくりに
取り組みます

地域での
介護予防の
取り組みを
応援します

ウェブサイトもぜひご覧ください！



本センター（富山・旭操・操明・操南小学校区担当）☎274-5172
中区分室（旭東・平井・三勲・宇野小学校区担当）☎206-2871
高島分室（財田・竜之口・幡多・旭竜・高島小学校区担当）☎275-3205