

# ケア友タイムス

介護者向け 広報誌 第3号

令和6年2月発行  
発行元：西区保健福祉課保健支援係  
西区第1地域包括支援センター  
西区第2地域包括支援センター  
西区第3地域包括支援センター

## 【令和5年度1回目の様子】



令和5年7月に、今年度1回目の西区ケア友の会を開催し、当日は22名の方にご参加いただきました。前半の講演会では、「認知症カフェについて知ろう」をテーマに、認知症カフェのり庵（ティサービスセーじゅ管理者）の谷口浩太氏にご講演いただきました。参加者からは、「気軽に認知症カフェに参加できるところがあった」等と様々な感想をいただきました。

認知症でも希望を持って暮らすために  
認知症基本法が成立しました。

令和5年6月14日に、「認知症基本法」が参議院本会議で可決、成立しました。認知症基本法とは、認知症の人がその人らしさを保ちつつ、希望をもって暮らせるよう取り組みを進めていく法律です。

認知症の人が自らの意思で生活を送ることができ、ご本人やご家族にも適切な支援を行うことなどが明記されています。この法律を基に、さらに認知症にやさしいまちになることが期待されます。

## 西区ケア友の会（男性介護者のつどい）について

## 令和5年度2回目 西区ケア友の会のご案内

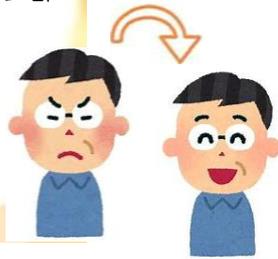
【日時】 令和6年2月27日（火）  
13:30～15:30  
【会場】 西区民センター 第1・2会議室  
【内容】

### 第一部 講演会

「自分の感情と上手に付き合おう  
～やってみようアンガーマネジメント～」  
講師：旭山病院 リハビリテーション部  
作業療法士 宮田 友樹 氏

### 第二部 交流会

※詳細や申込時期については  
広報さっぽろ等でお知らせします



## 【相談会】



## 【パネル展】



認知症にやさしいまち西区  
認知症パネル展が開催されました。

令和4年度に初めて開催した、認知症に関するパネル展を、令和5年度もイトーヨーカ堂琴似店で9月20日～29日に開催しました。

パネル展期間中には、認知症カフェや、認知症や介護に関する相談会を実施しました。パネル展全体では、100名を超える来場があり、「西区の取り組みを知ることができた」「また開催してほしい」といったお声を聞くことができました。

引き続き、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して取り組みを進めて参ります。

## 【西野地区での介護者のつどい】



令和5年9月26日に、西野地区の昭和会館で介護者のつどいを開催し、9名の方が参加しました。普段の介護の悩みや、リフレッシュ方法等について意見交換を行い、「周りに同じ立場の方や話せる人がいないため、有益な時間を過ごせた」「また参加したい」といったお声を聞くことができました。また、介護予防センター西野やコミュニティカフェ（認知症カフェ）そらいろ、札幌認知症の人と家族の会からも出席いただき、認知症支援に関する取り組み等を情報提供していただきました。今後も関係機関と連携しながら、介護者の集いを開催していきたいと思っております。

西野地区で介護者の集いを行いました。

# 認知症カフェについて知ろう

特集!



## 認知症カフェってどんなところ?

認知症カフェとは、認知症の人やその家族、地域の人、介護や福祉などの専門職など、誰でも気軽に集える場です。

ここでは、コーヒーなどを飲みながら認知症の講話を聴いて学んだり、認知症について専門職に相談したり、認知症について理解のある人に繋がることができます。

西区には、再開を検討しているカフェを含め、8カ所で認知症カフェが開催されています。ぜひ、お気軽にお立ち寄り下さい。



3年間休まず認知症カフェ「るり庵」に通われているM様にお話を伺いました。

M様

るり庵に通うことで知り合いが増えました。るり庵に通う楽しみは、やっぱり手作りデザートです。カフェの職員さんとの縁もあって、今ではデイケアに通い、心身ともに維持できています。

### 【認知症カフェマップ】



### 【認知症情報コーナー】



西区役所 2階 2番窓口横

札幌市西区 認知症カフェ



## ■札幌市西区 認証認知症カフェ

※R6.2月現在の状況

カフェ名	カフェ開催場所	電話番号
暖カフェ (はるカフェ)【休止中】	西区発寒 11条1丁目3番20号 特別養護老人ホームはっさむはる	662-0001
コミュニティカフェ ふうしゃ	西区西町南 21丁目2番15号 第1ワコービル1階	090-1730-8757
オレンジカフェ ヴェラス琴似	西区二十四軒 4条1丁目3番1号 介護付有料老人ホーム 光ハイツ・ヴェラス琴似	520-8668
カフェ ドゥ セーじゅ るり庵	西区山の手 4条5丁目3-22 認知症対応型通所介護 デイサービスセイージュ (1階)	618-7111
あるカフェ 山の手	西区西野 3条4丁目9番8号 楽ゆう館山の手 (1階食堂)	671-0007
みんなのとまり木 KaigoCafé おっぼ	西区山の手 1条6丁目5-15 エルム山の手 1階	676-8161
レコパカフェ発寒【休止中】	西区発寒 1条3丁目4番5号 ハシモトビル1階	688-8143
コミュニティカフェ そらいろ	西区西野 7条3丁目1番20号 デイサービスそらいろ	665-2390

開催頻度や参加費、休止中のカフェの再開時期等については直接各カフェにお問い合わせください



## ■認知症や介護に関するご相談先

- 西区第1地域包括支援センター (☎611-1161) …琴似・二十四軒、山の手、八軒、八軒中央地区にお住まいの方
- 西区第2地域包括支援センター (☎661-3929) …西町・西野地区にお住まいの方
- 西区第3地域包括支援センター (☎671-8200) …発寒・発寒北地区にお住まいの方
- 西区役所保健福祉課保健支援係 (☎641-6946)

※本誌に関するお問い合わせも上記にお願いします



さっぽろ市  
02-003-23-2406  
R5-2-1469