

# チーム名:ココていね



会場:手稲区第1地域包括支援センター 会議室

開催頻度/時間:週2回・10:00~12:00または13:30~15:30

(多くの方が参加できるような曜日と時間を固定せず、様々な組み合わせで実施)

チームメンバー数(参加者実人数):本人11人、家族13人、サポーター13人、その他7人

## 活動内容

基本:決まったプログラムはなく、本人や家族の希望や、やりたいことをおしゃべりを通して聞き取り、チームメンバーと話合って進める

### 本人の希望を実現する取組

- ・本人が「身体を動かすことがしたい」との希望で、ポッチャやモルックを実施。
- ・本人から「歩くことが好きだ」と話あり、サポーターより「花見はどう？」との提案で、川沿いでお花見散歩。
- ・サポーターさんの提案で、「手稲区版すごろく」を作成。お互いの思い出話をしながら、本人の話を聞きだすきっかけともなっている。



### 普及啓発イベント

チームメンバーと「認知症になっても暮らし続けられる地域になるように、認知症のことを多くの方に知ってもらいたい」と日頃から話している。イベントも認知症について多くの方に知ってもらえるようなものを企画し、当日は本人、家族、サポーターに運営協力を依頼。R7.9はほっかいどう希望大使・横山弥生さんの講話&コンサート、R8.3に認知症VR体験会を開催。

### 個別マッチングの実施



手稲区内で開催されている認知症カフェで、給仕をする認知症の方をサポート

## 工夫点

- ・本人が来た際はサポーターと同席にし、なじみの関係が作れるよう工夫した。また、サポーターには本人の思いを聞き出してもらえるよう声掛けを行い、活動内容に反映している。
- ・スマイルオレンジチームの最後に、認知症の理解が深まるよう「認知症について考える時間」を設け、「認知症」の話題をあえて避けないようにしている。
- ・開催時には、包括専門職が当番制で参加。実際のチームの雰囲気や支援の進め方を職員が知ることで、チームに合いそうな対象者をイメージしやすくなっており、総合相談対応時に紹介することが増加、参加者数増に繋がっている。
- ・ケアマネジャー向けにチームオレンジの活動内容や雰囲気を分かりやすく伝える周知用チラシを作成。また、開催している時は見学してもらい、担当利用者への活用イメージが持てるよう工夫した。
- ・本人や家族の参加につながるよう、医療機関やデイサービス事業所、老人福祉センター等に事業周知を実施している。協力が得られた事業所にはチームのチラシを毎月送付し、参加勧奨を依頼している。

## チームメンバーよりひとこと★チームのアピールポイント★

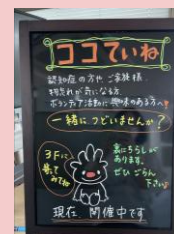
### 本人から

自分が認知症であることを話すことができ、その後も自分の話を聞いてくれる人達がいるのは、とても嬉しい。



### オレンジサポーターから

スマイルオレンジチームに参加して、認知症に対する見方が変わった。認知症の方が私たちと変わらないことを多くの人たちに知ってもらいたいと思う。興味のある方、ぜひ一度参加してください！



### 家族から

「今までは1人で悩んでいたが、日々の介護について話すことができ、気持ちを理解してくれる人が、同じ地域にいて心強い」  
「スマイルオレンジチームに参加する本人を見て、こんなに自分のことを話したり、想いを伝えることができるとは思っていなかった。家で過ごすのではなく、チームへの参加を続けたいと思う」

### オレンジコーディネーターから

チームオレンジに参加する本人、家族が増えてきており、サポーターと共に本人、家族から想いを聞き出しています。また、「認知症について考える時間」を設けたことで、認知症への理解も深まってきているように感じています。「認知症になっても、ならなくても住み続けられる手稲」をこれからも地域の皆さんと共に考えていきます。





会場：手稲区民センター

開催頻度/時間：週1～2回、13：30～15：30

チームメンバー数（参加者実人数）：本人4人、家族4人、サポーター5人

## 活動内容

ふだんは皆でおしゃべりをしています。



「せっかくだから身体も動かしたい！」という声から始まったサッポロスマイル体操も恒例になりました



### ご本人含むメンバーのやりたいこと「カラオケに行こう」

カラオケが好きなメンバーが多いチーム。ご本人からカラオケに行きたいという希望があり、行きたい人達でカラオケに行くことに。オレンジサポーターさんが予約をしてくれ、今年度は2回カラオケ会を開催しました。また行きたい！という声があるかぎり続けて行く予定です。



### ご本人に教えてもらう「芋煮会」

地元や食べ物のお話で盛り上がり、ご本人地元の芋煮を食べてみたい！という話から、食材の準備もご本人に教えてもらって、皆で作って昼食会をしました。



## 工夫点

### 皆がゆるく参加できる雰囲気

コーディネーターとしては「名前を呼ぶ」「その方が話していたことを覚えて、声をかける」「また来てね、待っているよ！の気持ちを伝える」を気を付けており、サポーターさんはじめメンバー皆がそういう雰囲気を大事にしてくださっています。初めて参加した方は皆で歓迎して、いつものメンバーもお互い気にかけてあう温かいチームです。

### 「家族同士で話しましょう」の日（不定期開催）

いつも通り過ごすテーブルと家族同士で話したい方むけテーブルを分けて、いろいろな話をしています。ご家族同士でわかりあえることも。

### 関係機関との連携

医療機関や老人福祉センター、認知症カフェに依頼し、スマイルオレンジのチラシを毎月配架。→医療機関やケアマネジャーからの紹介で参加される方もいらっしゃいます。

## チームメンバーよりひとこと★チームのアピールポイント★

### 本人から

「いろんな人と会話できて楽しい。散歩にもなるし、帰りに買い物できるのでお出かけにちょうどいい」  
「人の顔を見て話したい。笑って話せて良い」

### オレンジサポーターから

「お誕生日カードづくりなど作業するときは和気あいあいとお互い協力していて、雰囲気の良いチームです」  
「押しつけがなく自由に好きなことを話せる良いところ。こういう場所がもっとたくさんあるといいと思う」

### 家族から

「ここに来ると本人も話ができて楽しそうにしている。こういう場所があってよかった」  
「皆と話した時に、同じ境遇の人だと『同じだなあ』と思ってほっとする」



### オレンジコーディネーターから

オレンジコーディネーターがメンバーに助けをもらうことが一番多いかもしれません。認知症のあるなし関係なく「おたがいさま」で助けたり助けてもらったり、もの忘れがあっても気にせず話せる場所、としてこのチーム活動しています。身近な場所に少しずつでも増えていくと良いと思っています。