

すずらんメモリー

前期

認知症の方の集いの場

発行日：令和7年10月発行

発行元：地域包括支援センター

すずらんの会（本人ミーティング）とは、認知症のご本人が集い、ご自身の体験や希望、やりたいこと、より良い暮らしについて語り合う場です。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。

このような場を「本人ミーティング」と言いますが、廿日市市では参加者の皆さんで「すずらんの会」と名付けました。



今回は令和7年4月～9月のすずらんの会の様子をまとめました。

4月



【内容】

ハンドベル・お話

今年度初めてのすずらんの会。なんと、参加者の皆さんで出身地が同じ方がたくさんいることが分かりました！去年から計画していた「ハンドベル」を参加者全員で行いました。

5月



【内容】

公園を散歩・お話

気候が良い季節のため、せっかくなので会場近くの「けん玉公園」へ行きました。参加者同士、現在自身が受けている認知症の治療や通院についてお話をしました。

6月



【内容】

七夕飾り作り・お話

もうすぐ七夕ということので、七夕の飾り作りを行いました。短冊には皆さんの願い事を書き、笹の葉に飾り付けをしました。笹の葉はあいプラザのロビーに飾っていました。

8月



【内容】

笑いヨガ・買い物

今回は「認知症の人と家族の会」の方の提案で笑いヨガを体験しました。参加者からは「家に居たらなかなか大きな声は出せないが、声を出して楽しかった」という言葉が聞かれました。

9月



【内容】

認知症月間・お話

9月は認知症月間です。あいプラザに設置した認知症月間のコーナー「認知症 希望の木」に、認知症の人にとって住みやすいまちはどんなまちか本人の気持ちを書きました。

認知症月間コーナー➡



↑七夕飾り後に写真撮影





開催日はいつですか？

開催当日に参加者の方と次回の日程や内容を決めています。
決定後は市のホームページにチラシを掲載しています。
詳細は市のホームページをご確認ください。

「すずらんの会」→
QRコード



認知症の本人と一緒に家族も参加したいのですが・・・

ご本人主体の会ですが、ご家族の方も参加できます。
回によっては、ご家族の方とご本人が分かれて席に座っていただく場合もありますが、ご本人や他の参加者の方と一緒に楽しんでもいただければと思います。

参加方法を教えてください

事前に予約が必要です。
基幹型地域包括支援センター（はつかいち西部）または各地域の認知症地域支援推進員へご連絡ください。詳細は市のホームページをご確認ください。

「すずらんの会」→
QRコード



認知症ではありませんが、参加できますか？

「すずらんの会」は、認知症のご本人が集い話し合う場ですので、対象者を「認知症の本人」としています。何かお困りごとやご相談等ありましたら、各地域包括支援センターへお問い合わせください。

地域包括支援センター→
QRコード



「認知症」かな？困ったときは、ひとりで悩まず相談を

「おかしいな」「困ったな」ということがあれば、まずは相談をしてください。

特に周りの人が「以前と違う」と感じたら早期の対応をお勧めします。

各地域包括支援センターには、認知症に関する相談に応じる、認知症地域支援推進員がいます。電話や自宅で相談することもできます。

地域包括支援センター	電話番号
はつかいち西部	30-9066
はつかいち中部	20-4580
はつかいち東部	30-9158
さいき	72-2828
おおの	50-0251