



「けあカフェ大宝」が誕生

誰もが年を重ねれば、周りの人の支えが必要となります。高齢者世帯や一人暮らしの高齢者が増加している現在、地域での見守りが重要視されています。地域で見守る新たな取り組み「チームオレンジ」が大宝地区で始まりました。

新たな取り組み

本市では、大宝地区をモデル地区として、令和5年12月に市内で初となる、「チームオレンジ」がスタートしました。活動拠点として（有）さくら介護センター様に地域貢献の一環として快くご協力いただき、住民の集いの場を開催する運びとなりました。

活動開始に向け、地域の民生委員の方々へ協力を依頼し、大宝地区の地域性や住民の困りごととは何か、どのような活動が必要なのか等、活動内容に関する話し合いを何度も重ねてきました。現在、民生委員をはじめ、キャラバン・メイ

地域での見守りの重要性

本市の令和6年4月時点での高齢化率は30・2%であり、年々上昇し続けています。高齢者の増加に伴い、認知症有病率も上昇すると言われています。もちろん、認知症は高齢者だけの問題ではなく、働き盛りの年代の方でも、若年性認知症を発症する可能性があります。

チームオレンジとは

認知症サポーターをはじめとする住民同士の支え合いにより、認知症になっても安心して暮らし続けられる地域づくりの活動を「チームオレンジ」と言います。活動内容に決まりはありません。集いの場の開催、散歩・買い物などの外出の付き添い、自宅へ訪問しての話し相手やゴミ出しの手伝いをするなど、全国では幅広い支援活動が広がっています。専門職や関係機関とも連携することで、支援が必要な方の問題が深刻になる前に、早期に対応することができます。

各地域にオレンジの輪を

市では、チームオレンジの取り組みが市内各地域に広がっていくことを目指しています。周囲の人が認知症について理解し、困っている人に声をかける、手助けする。そんな理解の輪を広げていけるように、一緒に活動しませんか。

Interview

けあカフェ大宝スタッフ
（有）さくら介護センター
代表取締役 菊池 大樹さん



地域の集いの場が縮小傾向にあります。気軽に立ち寄ることができて、心配ごとや日頃の出来事が話せるような場が作れないかという相談を市地域包括支援センターから受けて、地域の力になりたいと思いを提供しました。心配もありましたが、想定よりも多くのスタッフが集まってくれて、安心して場所を提供できています。参加者の方が楽しそうにしている様子を見ると、けあカフェ大宝ができて良かったと思います。

けあカフェ大宝スタッフ
民生委員 松田 とし子さん



民生委員の方に誘っていただいたことをきっかけに、けあカフェ大宝のスタッフになりました。スタッフになってから参加者の方が声をかけてくれて、楽しそうにしている様子を見るとうれしくなります。参加者の参加率が、見守りにも繋がっています。私も参加者の方とお話することで、楽しんでいます。

参加者 鈴木 康子さん



初めて参加した回から、ずっと参加しています。今まで家で1人で過ごすことが多かったのですが、けあカフェ大宝に参加するとたくさんの人とお話ができて、1人でいるよりずっと楽しいです。スタッフの方とも仲良くなることができて、お互いにけあカフェ大宝を楽しみにしています。

ひとりで悩まないで。家族だけで抱え込まないで。

「もしかして認知症かも」「家族の介護に悩んでいる」「利用できる制度やサービスについて知りたい」など、不安や心配を抱えていませんか？相談のタイミングに、早すぎることも遅すぎることありません。少しでもお困りのことがございましたら、電話や窓口にて気軽にご相談ください。

チームオレンジの活動にご興味がある方も
気軽にご連絡ください！

問 下妻市地域包括支援センター（長寿支援課内）
☎0296-43-8264

相談窓口



食生活に
気をつけましょう

塩分を控えめに、お酒は
ほどほどに、バランスのよ
い食事を心がけましょう。

適度な運動を
しましょう

ウォーキングや体操など
の運動を継続的に行い
ましょう。



9月は「認知症月間」です
認知症の予防に繋がる習慣を紹介！



生活を楽しみましょう

本を読んだり趣味に取り
組んだり、さまざまな活
動をおして生活を楽しま
しょう。

人と積極的に
交流しましょう

地域の活動や市町村が
行っている介護予防教室
などに参加してみましょう。

