

## 【私の趣味/生きがい】

# 認知症カフェ

大谷 佳子会員

私は今、認知症カフェ「きみさんち」で提供するケーキを焼いています。週一回の事です、それが今の私の生き甲斐のひとつになっています。

現在65歳以上の認知症患者は六人に一人です。もっと認知症への理解を深める為、またその相談を受ける場所として二年前にこの場所は設けられました。そして、認知症の方やそのご家族が寛げるカフェとしての役割も担っています。

スタッフは、全員がボランティアです。メンバーには八十六歳の方もいて、皆生き生きと活動しています。

ここでは、さつき台病院の細井先生の講話やミニコンサート、ボランティアによる蕎麦打ち教室等も行っています。

私もよりよい今を生きる為、生活習慣の予防や運動、達成感の味わえる生活を送れるよう心掛けたいと思っています。今は、皆さんの明るい笑顔と態度に触れながら、仲間の経験豊かなお話が聞くことが出来、この場所で至福の時を過ごさせていただいています。

