

安らげて、あったかいカフェ

「カーンカーンカーンカーン…」と拍子木の乾いた堅い音が室内に響き渡ると、「懐かしいなあ」「本格的だな」という歓声が上がりました。拍子木を打ち鳴らし、子どもを集めて紙芝居を見せていた昭和初期の街頭紙芝居屋をほうふつとさせる演出に参加者の皆さんの目が輝きました。

4月24日、小長井の「創造と生きがいの湯」でケアラーズカフェがオープンしました。話し相手ボランティアなどの声掛けにより、介護者4人と普段は外出の機会が少ない方など、約20人が参加しました。当日は、話

楽座メンバーとして活躍する話し相手ボランティアの木村愛子さん(千頭西)が紙芝居「あんもちみつ」を披露しました。ケアラーズカフェでの活動メニューは保健師さんによる健康チェックや入浴のほか、過ごし方は自由です。芸達者な参加者が芸を披露したり、気軽におしゃべりしながら食事やお茶を楽しんだり、参加者みんなが和気あいあいと自由に過ごしています。

参加した中村安子さん(久保尾 82歳)は「旦那の巻男さん(88歳)の介護を毎日頑張ってい

ます。介護は本当に大変ですが、みんなと話す元気になります。このようなカフェにくるとほっとした気分になるし、頑張らなきゃという気持ちになれるのでありがたいと思います」と話してくれました。同じくこの日参加した柿本くに子さん(久保尾 64歳)は「参考になる話を聞いて良かった。普段は買い物と病院くらいしか出掛けられないので、カフェに来て気晴らしになりました」とこやかに話しました。

創造と生きがいの湯には食堂や喫茶はありませんが、カフェ開設の趣旨に賛同してくれた飲



けあら〜ず通信

町地域包括支援センターではカフェ開設に合わせ「けあら〜ず通信」を発行しました。興味がある方はお問い合わせください。

【問】地域包括支援センター ☎(56)2225



「心のアンテナ」を上げていく

食店が出張販売を行ってくれます。この日は「四季の里」と「うえまる」さんが、お寿司やそば、手作りパン、旬の野菜の煮物、サンドイッチ、デザートなどを販売し、皆さんにぎやかに買い求め、食事を楽しみました。また、手作りの漬物を持ち寄ってくれた参加者もいて、大好評でした。ちょっとしたホームパーティーが開かれていくような雰囲気でもみんな笑顔で楽しむ光景が印象的でした。

ケアラーに寄り添う体制づくり

ケアマネジャーからの指摘にもあったようにケアラーの皆

さんは「自分の健康が心配」「自分の時間がとれない」「ゆっくりとお風呂に入りたい」などの切実な思いを抱え、介護現場に当たっているのが現状です。この思いに答える居場所が、入浴も可能な「創造と生きがいの湯」で開設するケアラーズカフェです。カフェで福祉や介護などの日頃の思いを打ち明け、みんながケアラーに寄り添い、傾聴し共感する。

安心してほっとくつろげる場所だからこそ、帰る時の皆さんの表情はすがすがしく晴れやか。ケアラーズカフェで心のアンテナを上げてみませんか。



▲木村さんによる本格的な紙芝居は大好評



▲出張販売でカフェらしく食事も楽しめる

Carers Cafe

ケアラーズカフェ



みんなで楽しくおしゃべりしましょう！



◎めいるし！

▲開設日には、この目立つのぼりが立っていますよ！

6月以降の「ケアラーズカフェ開設日」のご案内

共通事項		場 所：創造と生きがいの湯（小長井） 開店時間：午前 11 時から午後 3 時 メニュー：健康チェック、入浴（希望者の方、入浴料 150 円）	
日 程	活動メニュー	日 程	活動メニュー
6月30日(火)	健康 100 円ランチ	11月26日(木)	紅葉の接岨峡へドライブに出掛けよう
7月30日(木)	七夕を飾ろう	12月22日(火)	フラワーアレンジメント 正月のお花を生けよう
8月28日(金)	子どもと一緒に簡単工作	1月29日(金)	フリー (これからみんなで決めます)
9月30日(水)	読み聞かせを体験しよう	2月25日(木)	フリー (これからみんなで決めます)
10月30日(金)	フリー (これからみんなで決めます)	3月25日(金)	健康 100 円ランチ

▲活動メニューは変更する場合があります。詳しくは地域包括支援センター ☎ (56) 2225 までお問い合わせください。

「創造と生きがいの湯」をご利用ください



▲町民相互の交流促進と心身の健康増進、介護予防および生きがい活動を支援する「福祉のための温泉施設」です。



▲入浴料150円で「千頭温泉」をお楽しみいただけます。神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、冷え症などに効果があります。



ご利用案内		
	利用時間	利用料金
多目的室	午前 8 時 30 分～午後 5 時	半日… 500円 1日…1,000円
休憩・軽作業室	午前 8 時 30 分～午後 8 時	半日… 500円 1日…1,000円
入浴施設	平 日…午後 1 時～午後 8 時 土日祝日…午前10時～午後 8 時	1人1回…150円 小学生未満無料

▶その他詳細などは下記までお問い合わせください。
【問】創造と生きがいの湯
(シルバー人材センター 北事務所)
☎ (59) 3628