

オレンジカフェさぎのみや たより

第17号 2021年10月1日



お茶を飲みながら楽しく過ごしましょう！

お知らせ

○ 次回の開催について

オレンジカフェさぎのみやは、来る10月19日（火）に開催を予定していましたが、緊急事態宣言が解除されたものの新型コロナ感染の現状から、10月は中止致します。

次回開催は、以下を予定しています。

- ・ 日時 11月16日（火）午後1時30分から午後3時頃まで
- ・ 場所 鷺宮区民活動センター3F 洋室2号



「薄」、「芒」（すすき）

をりとりて
はらりとおもき
すすきかな
飯田蛇笏

この道の
富士になり行く
芒かな
河東碧梧桐

芒の穂
ばかりに夕日
のこりけり
久保田万太郎

皆様の近況

先日、知り合いの方からクラシックのコンサートチケットを頂きました。「日頃忙しい中田さんだからたまに一人でゆっくりとしてらっしゃい。」というお心遣いでした。そこで、さっそく中野ゼロ大ホールに行ってきました。新日本フィルハーモニーの演奏でスメタナのモルダウ、ドボルザークの新世界ピアノ協奏曲と聞き覚えのある曲で本当に楽しむことができました。以前は娘と年末には第九を聞きに行ったりして時折、音楽を楽しんでいましたが、ここ何年かはすっかりご無沙汰していました。これを機会にまた音楽を楽しむ機会を持つと思いました。

さて、多少なりとも地域に関わっている私ですが、コロナ禍で行事などが止む無く中止になっています。今回、コロナ禍のイベントはどんな感じかと思いつつコンサートにも行ってみました。ゼロ大ホールの入口では検温とアルコール消毒、座席は半分の入場者でお隣も開いていました。マスクの着用はもちろん、掛け声禁止、退場は主催者の指示通り順番にと様々なところで感染対策がとられていました。

今は緊急事態宣言発出中で、地域でのイベントができない状態です。しかし地域との繋がりを持つという意味では回覧板ひとつ回すのも、イベントもとても大事なことだと思います。

コロナ禍でもこうした繋がりが途切れることなく少しでも持つことが出来ますようお願いしてやみません。

鷺宮三丁目町会副会長 中田あき子

認知症を知るワンポイント

—— 受診と告知のために ——

認知症の診断は精神科で診てもらうのがいいのですが、精神科という言葉に抵抗感がある人は、物忘れ外来、心療内科などでもいいと思います。

よく「医者に連れていこうとしても本人が嫌がって行かない」、「診断結果が認知症だったので本人に伝えたが騒動になった」といった相談があります。

上手くいかないのは、本人に話す人の背景に認知症を否定的なこと、良くないこと、困ったことという不安や絶望感があるからです。それは当然でしょうが、認知症についてより詳しく、より正確に知れば受け止め方も随分変わります。でもそれは事前の知識や心構えということではなく、本人と自分との関係の振り返り（時には修復、和解）といったことにつながる努力です。

山田 忍（認知症ケア専門士 介護福祉士）

鷺宮地域包括支援センターの活動

高齢者を狙った特殊詐欺の実態について、中野区消費生活センター相談員の方にお話を伺いました。周囲の方々による「小さな気づきと声かけ」が被害を未然に防ぐ第一歩であることを学びました。

講師の方からは、

- ・変化に気づいた場合には、さりげなく声をかけることで相手の気持ちを尊重し、「騙されているのでは？」と疑いながらも決めつけない。
- ・時間や期限を設定して焦りを煽ってくるため、ひと呼吸おき、家族や警察、消費生活センターへ連絡・相談することを勧める。
- ・商品購入については実際に書類を交わしてしまっても、納得がいかなかった場合には「クーリングオフ制度」にて解約が可能な場合がある。

といった内容を教えていただきました。皆様もぜひ参考にしてください。

（野方警察署 ☎ 03-3386-0110）

（中野区消費生活センター ☎ 03-3389-1191）

鷺宮地域包括支援センター 武田健太郎

鷺宮地域包括支援センター

- ・ 高齢者の皆様が、できる限り住み慣れた地域で生活できるためのご相談を受ける窓口です。
- ・ 具体的には健康づくりや介護・医療・権利擁護などに関する支援を行います。
- ・ 高齢者やその家族、近隣の方々など、どなたでもご利用いただけます。
- ・ 相談は無料で、内容については秘密を守ります。
- ・ 相談を受けるスタッフは、保健師、社会福祉士など保険・福祉の専門職員が皆様の相談を受けます。

鷺宮地域包括支援センター ☎ 03-3310-2553

編集後記 皆様お元気ですか。数週間前からコロナ感染者数が減少傾向となり9月30日に緊急事態宣言の解除が発表されました。何か明るい兆しが見えてきたようで気持ちが楽になってきました。これからもコロナ感染予防の基本は守りつつ、平穏な日々を送りたいと思っております。オレンジカフェさぎのみやでお会いできることを楽しみにしています。

発行責任者 オレンジカフェさぎのみや代表 太田義春
連絡先 090-9672-6585