

## 京都認知症総合センター「カフェほうおう」とは？

”京都認知症総合センター” にある全国的にも非常に珍しい『常設型認知症カフェ』です。

月曜日から土曜日 AM 9:00 ~ PM 4:30 営業（日曜・祝日はお休み）

”カフェ” というものの提供できるものはコーヒー等用意してある程度です。（持ち込み、飲食可能）

そのかわり ”認知症” や ”介護” に関する情報はたくさん用意してあります。

上記のプログラム開催日以外でも どうぞお気軽にお立ち寄りください。

## お問い合わせは？

☎ 0774-25-1125 (カフェ直通)

0774-25-2577 (代表)

✉ [cafehouou@takedahp.or.jp](mailto:cafehouou@takedahp.or.jp)

## ホームページ等は？

検索サイト等で

ホームページにて利用方法や認知症相談など詳細がご覧頂けます。

※ 裏面に プログラムやサークル等の一覧を掲載しております。

# 京都認知症総合センター「カフェほうおう」における プログラム等一覧

2020/5/5

現在

(\*1 曜日順に記載、定期開催等を列記) (\*2 祝日は原則休業日であるため各プログラムも予定変更の可能性があります)

	プログラム名	プログラム内容	開催日程	備考
1	わかさ会	頭イキイキ体操、認知症や介護予防を目的とした取り組み	第2月曜日(*第2が祝日の時は第1に変更) 10:00~12:00	宇治市健康生きがい課が主催していた頭イキイキ教室のOBさんの集まり、参加自由。脳トレや手作業、歌など多くのプログラムを準備されています。終了後には有志の方でマーじゃんもされる事があります。
2	ハーモニカ・ギター・ウクレレ・歌を楽しむ会	ハーモニカ等の楽器を用いた音楽を楽しむ会	第1、3月曜日 13:00~14:30	ケアハウス入居者さん、支援者さん中心に開催、現在15人程度の参加。初心者大歓迎。11月の文化祭演奏会で発表されました。今後も不定期ながら演奏会の予定あり、新たなメンバーも募集中です。
3	麻雀の会	麻雀を通じて、会話や交流機会を楽しむ	第3火曜日 13:00~16:00	麻雀は頭も指先も使うため大変好評となり定例化してもらうこととなりました。男性の指導役が1人もしくは複数おられ、初心者の方でも楽しめる雰囲気です。概ね3卓くらいで開催されています。
4	作業工房「ほうおう」	木作品や家具等の製作、また彫刻や手作業等の「ものづくり」	第1、第3水曜日 13:30~16:00	若年性認知症当事者がスタッフとして企画等実施。介護サービス事業所や一般企業等からの受注や依頼にて「ものづくり」を中心に活動。それぞれの「得意なこと」を通じて仕事や活動につなげていく、皆で作りに上げていくプログラムです。
5	オレンジドア ノックノックれもん	認知症当事者による相談窓口、出会いの窓口	第2、第4水曜日 14:00~16:00	認知症当事者による相談窓口、奥様と専門職も同席して、認知症と診断された際に不安や葛藤、その後の人生の再構築について体験談を話してもらいます。当事者同士、家族同士のピアサポート機能も含めて全国的にも貴重な取り組みです。
6	手芸の会	裁縫や手芸による作品作り	第1土曜日 14:00~16:00	ケアハウス入居者、近隣にお住いの方々の企画、クリニック看護師の支援にて開催、20名程度参加あり。プログラムも考えておられますが、参加者からの企画もお待ちしております。作品は当センターで開催の「手づくり市」等でも販売しています!
7	卓球交流会	卓球を通じて交流や運動機会を楽しむ会	第2土曜日 10:00~12:00	北宇治圏域の包括支援センターで活動されていたスリッパの会の方が、交流の場として繋がりを広げておられます。多目的室を使用して卓球台を囲んで、個人戦、団体戦等楽しみながら交流図る。多世代が交流できることが大きな特徴です。
8	将棋をしませんか	職員や利用者同士の将棋対局、見学	第3土曜日 10:00~12:00	職員の指導も受けることができる将棋の会、こども食堂と同日開催で多世代で楽しめます。ご希望によっては囲碁等の対局も開催できます。
9	カラオケ交流会	カラオケを中心に音楽や談笑等交流を楽しむ会	毎月第4土曜日 13:30~15:30	北宇治圏域の包括支援センターで活動されていたスリッパの会の方が、交流の場として期待しておられ、カラオケを通じて繋がりを広げておられます。自分の18番を歌いたい方はもちろんのこと、歌謡曲や唱歌等を聞きたいだけという方も大歓迎です。
10	ボッチャサークル	パラリンピックの正式種目として注目の「ボッチャ」の活動	第2、第4土曜日 14:00~15:30	令和2年2月から活動開始でしたが、その後活動自粛中です。当センターのリハビリ専門職と一緒に皆さんで作りに上げていくサークルで、運動不足な方やスポーツ大好きな方におすすめです。将来的にはボッチャの大会にも出てみたいという目標も^^