



コミュニティ カフェ 夢みんだより

No. 51

平成 31 年 4 月 発行

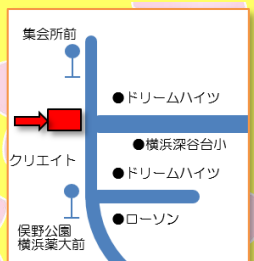
4月 プログラム

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
午前	★パソコンA (1000 円) 10 時～	(はがき絵)	コーラス (300 円) 10 時～	ゆめサロン 10 時～ 【すこやか体操】	囲碁 (500 円) 10 時～	
午後	歌声喫茶 (300 円) 13 時 30 分～	みんなで音読 (200 円) 13 時 30 分～	健康麻雀 (500 円) 12 時～	 楽習ルーム 16 時	【子ども将棋】 16 時 30 分～	レディス麻雀 (500 円) 12 時～
	8	9	10	11	12	13
午前	★パソコンB (1000 円) 10 時～			ゆめサロン 【音楽タイム】	囲碁	
午後	トーンチャイム (500 円) 13 時 30 分～		健康麻雀	 楽習ルーム	【子ども将棋】	よいのくちサロン 17 時～19 時 (裏面参照)
	15	16	17	18	19	20
午前	★パソコンA	エコ手芸 (300 円) 10 時～	コーラス	ゆめサロン 【楽しく脳トレ】	囲碁	
午後	歌声喫茶	【介護者の集い】 14 時～	健康麻雀	 楽習ルーム	【子ども将棋】	レディス麻雀
	22	23	24	25	26	27
午前	★パソコン B			ゆめサロン 【手しごとタイム】	囲碁	
午後	トーンチャイム	(俳句の会)	健康麻雀	 楽習ルーム	【子ども将棋】	
	29	30	日曜ランチサロン 4 月 7 日 (日) 11 時～15 時 (開室) (食事は 11 時半～13 時) 参加費：500 円 先着 30 名様 コーヒータイムのみの参加も OK			
午前	お休み (昭和の日)	お休み (退位の日)				
午後						

- ◎健康体操：毎週水曜日 10 時～11 時 30 分
県集会所にて (300 円)
- ◎健康相談：毎週木曜日 12 時～15 時
- ◎パソコンA・Bは予約制、他は参加自由です
- ◎ () は自主サークルです
- ◎ はおしゃべり DE ランチの日です
- ◎ はパンの販売日です。12 時～13 時

NPO法人 いこいの家 夢みん
横浜市戸塚区俣野町 1404-6
TEL & FAX: 045-853-0480
http://www.drsansan.jp/?page_id=22

★夢みんだよりは 夢みん、県・市集会所、
ふらっとステーション に置いてあります。



今月のよいのくちサロン

4月13日(土)

17時～19時

話し手：吉野和也さん
(大槌在住)

参加費：500円
(ワンドリンク+おつまみ付)



三陸わかめの最盛期。わかめの収穫作業真っ盛りです。

話し手は震災後から岩手県大槌町に移住して持続可能な町づくりを目指して活動をしている三陸食べる通信編集長の吉野さん。2011年に起きた東日本大震災の今とこれからのお話です。

どうぞお楽しみに！



シリーズ認知症カフェ 【39】

フォーラム認知症カフェもっともっとⅣ

「私のための居場所づくり」

～3/15 認知症カフェフォーラムに参加して～

現在、高齢者の7人に1人が認知症、2025年にはその割合は5人に1人になると言われています。

「ポストの数だけ認知症カフェ」を目指して2015年にスタートしたフォーラムも今年で4回目。3つの事例報告から、認知症のあるなしに関わらず「居場所」そして「役割」の大切さと、その実現に向けた地域の人の多様なつながりが見えてきました。

岡さんのいえTOMO

『自宅を地域や子どもたちのために役立てて』という故人の遺志を継いで「地域共生の家」をスタート。地域の人が得意なことを活かしながら、アットホームな居場所「まちのお茶の間」を運営。そこでは世代を問わず多様な関わりが生まれている。「自ら行動しないと何も起こらない」「いつも居る」として「趣味を活かして役割を持ち、私自身の居場所になっている」(東京都世田谷区)

街カフェ大倉山ミエル

十年間に三回の移転を経験し「コミュニティカフェ、認知症カフェ、ギャラリカフェなど、様々な活動を生み出してきた。家開きによる地域の居場所など、自由な拠点があることで多世代へ広がり、常設の場があることは偶発的な広がりを生み出している。顔の見える関係はセーフィネットへとつながり、小さな拠点が連携し、地域内外の活動とゆるく繋がりがながら新しい可能性が見えてくる。(港北区)

桂台カフェ

長年の介護生活から、悩みを話し相談や情報交換の場がほしいと「家族の会」を発足。その後、ケアプラザと連携し「本人と家族の会」に発展。ケアプラザの呼びかけで地域のボランティア、専門職員も加わり毎月開催し参加者が増加。本人も家族も得意分野で役割を持ち、地域で顔の見える関係を築く。男性介護者も増加する中、参加者同士が温かい気持ちで具体的に実効性のあるアドバイスをし合っている。(栄区)



がくしゅう 「楽習ルーム」がスタートしました

小学生の自由な勉強の場です(参加費無料)。お友達も誘ってどうぞ！
地域のおじさんおばさんがマンツーマンで教えてくれます。

チラシ・お問い合わせは夢みん **853-0480** まで

今月の展示

夢みんでは月替わりで地域の方の作品を展示しています。3月は妻沼恭子さん(10号棟)の絵手紙です。カフェタイム ☕ にどうぞご覧ください。

つぶやき

ボランティアバンク・えんの移動支援に同乗する機会があった。後部座席の支援者に配慮した、とても丁寧な運転であった。私も支援する機会がある。反省！
「ひとのふりみて、わがふりなおせ」
(Nz)