大野城市認知症地域支援推進員通信

おれんじかわら版

2026年 8月
Vol.11

令和８年５月２２日「第２回　まどかオレンジ協力隊情報交換会」を開催しました





「まどかオレンジ協力隊」

市で開催するステップアップ講座（基礎編、応用編）を受講し登録した「まどかオレンジ協力隊」が認知症の人のやりたいことをサポートしています。

　第２回　情報交換会を開催しました。
　限られた時間の中で「個別支援」「居場所づくり」について意見交換を行いましたが、協力隊員の日頃の活動への思いがあふれて話が止らず「語り合う時間が足りないね」という声も多く聞かれました。
このような熱い意欲をもった協力隊員たちが、「個別支援」で皆さまを支えています。
また、今年は「居場所作り」（オレンジカフェなど）の活動も各地区で進んできていますので、今後の活動の広がりが楽しみです。





まどかオレンジカフェ

オレンジカフェ（認知症カフェ）とは

認知症について知りたい、学びたい、考えたい、認知症になっても安心して暮らしたい。そんな地域をつくる場所です。症状の有無に関わらず、認知症予防について知りたい方、ほっと一息つきたい方など、どなたでもお気軽にお越しください。



参加者の皆さんと作った看板です。

開催日時　毎月第２火曜日（祝日等の場合は変更あり）
14：00～16：00

場　　所　大野城市すこやか交流プラザ２階　健康学習室１
【大野城市瓦田４-２-１】

参 加 費　100円

※ 当日は認知症地域支援推進員に相談ができます。
　相談を希望する場合は、 事前にお問い合わせください。
※ 感染症流行時期は中止することがあります。

秋バテに気を付けていますか？



夏の暑さが少しずつ和らいできましたが、
「なんとなく体がだるい」「疲れがとれない」
「食欲がない」などの症状はありませんか？
夏の暑さによる疲れや、朝晩と日中の気温差などによって秋に体調を崩すことを「秋バテ」と言います。
　夏の間に冷房の効いた部屋で過ごす時間が長かったり、冷たい飲み物や食べ物を多くとったりすると、身体に負担がかかり、秋になってから疲れが出ることがあります。

　秋バテを予防するためには、「バランスのよい食事」「適度な運動」「十分な睡眠」を心がけることが大切です。朝晩は涼しくなってきますので、散歩など無理のない運動を取り入れたり、湯船につかって身体を温めたりするのもおすすめです。
夏の疲れを上手にリセットして、地域の秋祭りや行事など、秋の楽しみを元気に過ごしましょう！

広がってほしい「新しい認知症観」

編集後記

「認知症になっても、できること・やりたいことは沢山ある。そんな本人の意思決定を支えつつ、また本人も地域の支え手でもある」という考え方が新しい認知症観です。これまでの暗いイメージから脱却して、２０２４年１月に施行された「認知症基本法」で国も推奨しています。本市の「まどかオレンジ協力隊」も、認知症の人、その家族を支える仕組みとして一助を担っています。
　９月は世界アルツハイマー月間。その後も様々なイベントで認知症に関する啓発活動を進めていきます。是非そのような機会に、皆さんにも正しい「新しい認知症観」に触れていただけたら良いなと思います。（内）

発行元・問い合わせ先
大野城市すこやか長寿課　基幹型地域包括支援センター
TEL：092-501-2306　担当：中園・内田

地域包括支援センターでは、高齢者の総合相談や介護（予防）に関する支援を行っています。お気軽にご相談ください。

令和8年8月発行