

# オレンジカフェの振り返り No.38



こんにちは。オレンジカフェの松井でございます。  
1・2月も会場とオンライン（zoom）の開催でした。先月に引き続き、話し合われた内容につきまして、参加できなかった皆さまにもご紹介していこうと思っております。

次回は、**2024年4月24日(水)14:00～、オンライン（zoom）と会場の同時開催予定です。会場はユニバーサルホール（多目的ホール）になります。**

URLはのちほどお送りいたします。皆さまの御参加をお待ちしております。

今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



## ☕市民公開講座

2024年3月2日（土）に市民公開講座を行いました。会場には154名、Zoomには110名の方が参加されました。多くの方々にお越しいただき、深く感謝申し上げます。



## ☕お薦めの本や番組（チャットより）

『アルツハイマー病になった母がみた世界』  
<https://www.iwanami.co.jp/book/b615152.html>

NHKスペシャル 『認知症の母と脳科学者の私』  
<https://www.nhk.jp/p/special/ts/2NY2QQLPM3/blog/bl/pneAjJR3gn/bp/plQRN8DV4o/>

## ☕認知症フレンドリー社会

英国では、超高齢化社会になるにあたり、医療的な対応だけでなく、バス、スーパー、図書館など社会そのものを変える画期的な取り組みが実践されている。そして新しい就労の形や、ともに生活する場を創りあげている日本全国の先進的な地域を紹介し、認知症の人が暮らしやすい仕組みが提言されている。

日本では、町田や八王子、日野などで盛んにおこなわれており、小平市では昨年10月から若年性認知症の集いなどが実施されている。

## ☕視空間認知能力の低下と迷子になりやすさとの関係

2024年3月の阿部院長のご講話によると、認知症の方の視空間認知テストの得点が低いと、迷子になりやすい方が多いようです。

視空間認知能力低下の予防や改善のためには、ビジョントレーニングという眼球運動のトレーニングや、視空間認知トレーニングなどがありますが、テレビゲーム、塗り絵、習字、輪投げ、迷路、タブレットなども有効のようです。