

2026

9月

笑顔創造企業 プライムケア東京

アルコレ通信



福祉用具の卸会社「プライムケア東京」が運営するアレコレひろばからお届け♪



第4回 / 全6回



認知症の方の気持ちをみてみよう

9月はアルツハイマー月間

認知症の方には、
どんな世界が見えている？

認知症の方は「困らせよう」としているのではなく、「困っている」ことがたくさんあります。同じ場所・同じ出来事でも、私たちとは少し違って感じる場合があります。「なぜそんなことをするの？」ではなく、「どんな気持ちなんだろう？」と考えることが、安心できる関わりへの第一歩です。

① 何度も聞かないでと言われても…

本人にとっては、毎回「初めて聞く質問」かもしれせん。



さっき教えてもらったけど…忘れちゃったなあ

本人の気持ち

知らないままだと不安だから、聞いているんです。

こんな声かけを

「今日は○曜日ですよ。」「○時に出かけますよ。」
穏やかに、何度でも伝えましょう。

② 「財布を盗られた！」と言うとき

物を置いた場所を思い出せず、「なくなった=誰かがとった」と感じる場合があります。

大切な財布がないわ！
誰かがとったのよ

本人の気持ち

大切なものがなくなって、怖い。

こんな声かけを

「それは心配ですね。」「一緒に探しましょう。」
気持ちに寄り添い、不安を和らげましょう。



③ 「家に帰りたい」と言うとき

今いる場所がわからなかったり、「安心できる場所に帰りたい」という気持ちが隠れていることがあります。

ここはどこ？
早く家に帰りたいなあ



本人の気持ち

ここがどこなのかわからない。心細い。

こんな声かけを

「大丈夫ですよ。」「ここに一緒にいますよ。」
安心できる声かけが、言葉を通じて伝わります。

④ できないことが増えても…

好きな歌、昔の仕事、家事など、できることや得意なことはたくさん残っています。



本人の気持ち

私にも、まだできることがあります。

こんな声かけを

できないことを先回りするより、できることを一緒に
見つけて、その人らしさを大切にしましょう。

知っていますか？ 厚生労働省が紹介しています

最近では、「本人ガイド」や「希望をかなえるヘルプカード」もあります。ぜひチェックしてみてください♪

ご協力
お願いします

障害があります

ゆっくり
お願いします

出来事は忘れてしまっても、「うれしい」「安心した」など、そのとき感じた気持ちは残ると
言われています。ちょっとした声かけや寄り添いが、その人の安心につながります。

お問合せは
＼お電話またはLINEから／

046-204-4530

公式ラインのご登録を
よろしくお願いします♪

アレコレ広場

〒243-0438 海老名市めぐみ町3-1 ビナガーデンズパーチ6階
営業時間 9:30～12:30 / 13:30～17:00 ※金のみ16:00 (定休日: 土日祝)

イベント情報

プライムケア東京は当イベントに共催企業として参加しております。

9月21日月 認知症啓発イベント同日開催！



認知症の人や家族にやさしいまち『えびな』

RUN伴えびな2026

🕒 10:00~14:00

📍 海老名駅西口中心広場
(ゴール地点)

今年のテーマ



つなごう、想いのタスキ。

認知症の方も、ご家族も、支援者も、地域的小伙伴们も。
タスキをつなぎながら、**人と人**、**地域と地域**を結び、
認知症になっても安心して暮らせるまちをつくりまします。



キッチンカー
10:00~14:00



グルメも満喫！
※ラストオーダー13:30



ゴールイベント
12:00~



有馬高校ダンス部と
一緒にフィナーレ！！

RUN伴えびなのチラシはコチラ ▶



えびなオレンジフェス

🕒 13:00~16:30

📍 ビナガーデンズパーチ9階
ルネサンス内



心を込めて作った「ロバ隊長」



アレコレ工房の参加者の方が作
ってくださいました！イベント
内で探してみてください♪



音楽・ステージ
14:30~16:10



アレコレ広場のスタッフも一緒に
15:50~ウクレレ演奏に参加します！

えびなオレンジフェスのチラシはコチラ ▶



店舗情報

アレコレ広場では認知症予防に取り組んでいます。

※都合により時間を変更させていただく場合もございます。

アレコレ雀荘

飲まない・賭けない・吸わないを合言葉に
健康麻雀を行っています！

9月 2日 水 10:00~12:00

9月 16日 水 10:00~12:00

10月 7日 水 10:00~12:00

10月 21日 水 10:00~12:00



覚えよう

今月の役：小四喜(ショウスーシー) 門：役満 | 鳴：役満

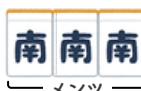
東 東 南 南 南 西 西 北 北
アタマ メンツ メンツ メンツ なんでもOK

《小四喜とは》

- ・東南西北のうち3種類を※刻子、1種類を頭として揃える役です。
- ・ポンやチーなど、鳴いて揃えてもOK！
- ・残り1つのメンツはなんでもOK！

《刻子(コーツ)とは》

麻雀で同じ種類の牌を3枚揃えた組み合わせ(メンツ)のことです。



配牌時に、東南西北の牌が5枚以上ある時に
チャレンジしても良いかもしれませんね♪



アレコレ工房

編みにケーション・コミュニ毛糸♪
自分だけの作品を作りましょう！

9月 9日 水 10:00~12:00

9月 30日 水 10:00~12:00

10月 14日 水 10:00~12:00

10月 28日 水 10:00~12:00



男性も
大歓迎！

注目！

みなさんの作品



お気に入りの毛糸と一緒に、楽しく作りましょう♪

えスポーッ 太鼓の達人

どんどこつながる笑顔の輪

9月 30日 水 14:00~15:30

10月 28日 水 14:00~15:30



※アレコレ雀荘・アレコレ工房・太鼓の達人にご参加の際は、お飲み物をご持参ください。