

Press release

提供年月日	令和8年2月5日（木）
サークル名	湖北認知症の人を支える家族の会 「いぶきの会」
代表者	伊吹 清栄
連絡先	080-1421-9048

～上手に認知症になるために～

湖北認知症の人を支える家族の会「いぶきの会」 「家族交流会」の開催について（記事掲載依頼）

長浜市では、高齢化と人口減少が進む中で、認知症高齢者数が増加傾向にあり、約6,600人以上が認知症自立度Ⅱ以上（日常生活に支障をきたす）の状態と推計されています。認知症の進行を遅らせたり、たとえ認知症があっても、普通に生活できるのは、今では家族などの対応の仕方だと言われています。しかし、これは非常に難しく、時には介護者がメンタルに影響を受けるなど、認知症介護家族の悩みは尽きません。

「いぶきの会」は1993年に発足しました。33年たった今も介護家族（家族を介護している人）の思いの受け皿として存在し続けています。

「いぶきの会」では介護家族が集う「家族交流会」を毎月開催し、とことん家族の思いに寄り添います。参加者同士の意見交換を行ったり、専門職から市の福祉政策や新しい医療情報などをお話をいただいたりと丁寧に活動を続けています。

介護家族は時に孤独になります。地域に相談する人がいない…認知症の人の家族がいることを内緒にしている…近所から心無い言葉を投げかけられる…兄弟の協力が得られない…悩みは多岐に渡ります。私たちは、「介護に正解はない」との思いを持ち、介護家族が「参加してよかったです」「力強い味方がいる」と感じてもらえる存在になりたいと思っています。

2か月に1回「いぶきの便り」を発行し、次回の「家族交流会」の日程をお知らせすると同時に、時事情報や話題を載せています。長浜市、米原市の関係部局、

社会福祉協議会等にも送付するなど、広く情報発信しています。

2018年12月に発行した、発足25年記念誌「上手に認知症になるために」のプロローグをご紹介します。

誰もが認知症になりたくないと思っている。

けれど、超高齢社会においては、誰もが認知症なる可能性はある。

避けられないことであるなら、認知症になっても安心して暮らせるといい。

そして、避けられないなら、上手に認知症になれたらと思う。

上手に認知症になるためには、どんなことをどう考えたらいいのだろうか。

【家族交流会について】

毎月1回開催しています。

会場は「六角館」(奇数月)と「高月まちづくりセンター」(偶数月)の二カ所です。

2026年度の今後の予定は、

2月19日(木) 高月まちづくりセンター

3月12日(木) 六角館

※時間はいずれも13時30分から15時30分、

※参加にあたり予約の必要はありません。

※途中退出もOKです。

【お手伝いいただける方を募集しています】

- ① 「家族交流会」に出席したくても、事情が許さず、出席できない介護者の方も多くおいでになることと思います。そのため、WEBを利用してオンライン「家族交流会」を計画しており、そのお手伝い頂ける方募集しています。
 - ② 困っている人、悩んでいる人に心を寄せ合い、「あなたの言葉で前に進める勇気が出た」と思ってもらえるよう、共に活動頂けるスタッフの皆さんを募集しています。介護経験の有無は問いません！
- お気軽にお問い合わせください。ご連絡をお待ちしております。