

# きみの はとふる・たいむ

2020. 8月

— 一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ —

私たちは、認知症とともに暮らしています。日々いろんなことが起き、不安や心配はつきませんが、いろいろな可能性があることが見えてきました。一度きりしかない自分の人生をみくらめないで、希望を持って自分らしく暮らし続けたい。私たちは、自分たちの体験と意志をもとに、

## 「認知症とともに生きる希望宣言」をします

1. 自分自身がとらわれている常識の殻を破り前を向いて生きていきます。
2. 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として楽しみながらチャレンジしていきます。
3. 私たち 本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわか立させ、元気に暮らしていきます。
4. 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを身近なまちで見つけ、一緒に歩いていきます。
5. 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを一緒につくっていきます。

この希望宣言は、認知症とともに暮らす本人一人ひとりが体験と思いを言葉にし、それらを寄せ合い、重ね合わせる中で生まれたものです。

一人でも多くの人に一緒に宣言をしてほしいと思っています。それぞれが暮らすまちで、全国であなたもどうぞごいっしょに！

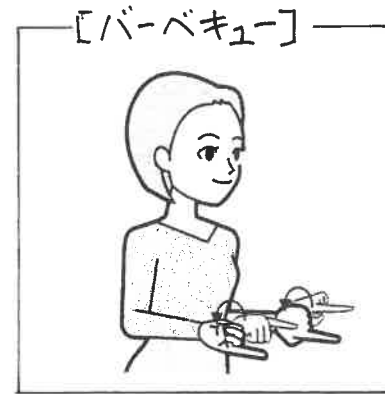
私たちが出来ることを考えてみませんか？

わたしたちは「認知症とともに生きる希望宣言」をもとに、全国で「希望のリレー」プロジェクトを展開していきます。

日本認知症本人ワーキンググループ  
代表理事……藤田和子



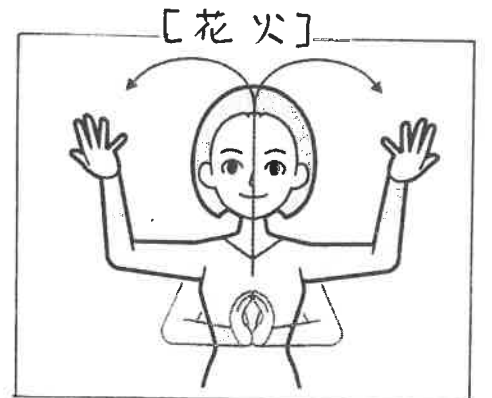
## 手話っち



両手人差指を前に向けて並べ、同じ方向に同時に回転する



両手人差指を伸ばし「しづなび」合わせ、振り上げる



甲を膨らませた両手をつけ合わせ、上へ上げて左右へ開く

紀美野町のボランティアを紹介します♡

毎月2回 夕食のお弁当をお届けしています

「まごころ弁当」旧美里地区 1990年(平成2)発足

「おいし弁当」旧野上地区 1992年(平成4)発足

### 調理ボランティア

- ◎ 料理の腕前を活かして!? 心を込めて手作りしています。
- ◎ 季節感たっぷりなお弁当作りを心がけています。

※ 70才以上のひとり暮らしの方、調理が困難な方などが対象です。

### 材料提供ボランティア

- ◎ 愛情かけてそだてた野菜や果物。調味料や食材を提供していただいています。

### 配達ボランティア

- ◎ 出来上がったお弁当を、待っていてくださる方のご自宅まで配達します。
- ◎ お弁当といっしょに笑顔もお届けしています。

### 野上中学校「おいし弁当」メッセージ作りボランティア

- ◎ 思いを込めて、メッセージカード・誕生生日カードを作成しています。

お問い合わせ TEL 489-2255  
紀美野町ボランティアセンター

ボランティアだより

## ボランティア伝言板

### — 紀美野町ボランティア連絡協議会からのお知らせ —

令和2年度 紀美野町ボランティア連絡協議会 総会を新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止といたします

### 《訂正とお詫び》

5・6月号で お知らせした朗読講座の講師先生のお名前を間違えて掲載してしまいました  
[正] 吉村 佳美 氏 でした  
ここに訂正し、深くお詫び申し上げます