

つなげよう 認知症へ支援の輪

厚生労働省発表の推計では、2025年に65歳以上の高齢者の約5人に1人になるといわれている認知症。誰にでも起こりうる脳の病気ですが、不安や焦りから怒りっぽくなる、うつ状態になるなどの症状が増えてくると、家族だけではサポートも難しくなり、地域社会の支援が必要になってきます。現在、病気を正しく理解し当事者やその家族を見守る「認知症サポーター」を養成する講座の受講者が増えていて、理解や支援の輪が徐々に広がっています。この特集では、認知症の方が安心して日常生活を送るために、「私たちができることは何か」、そして、認知症への理解を深めるために市で初めて開催される「ちがさきオレンジDay」を紹介します。

【高齢福祉介護課支援給付担当】

腕につけた「オレンジリング」が目印の認知症サポーター

短時間の講座で誰でも認知症のサポーターに

認知症の正しい知識や接し方を学び、地域や職場で認知症の方や家族を応援するのが認知症サポーターの役割です。自治体などで開催している短時間の養成講座を受けることで誰でもなることができます。最近では小・中学生向けにも開講しています。特別なことをするのではなく、見守りや声掛け、ちょっとした手助けなど温かい目で見守る支援をしています。受講者には「認知症の方を応援します」という意思を示すオレンジリングを贈呈。市内では延べ1万人の方が受講しています。

講座は無料

認知症サポーター養成講座は無料で受講することができます。講義は医師などによる認知症の特徴や、対応時の注意点など役に立つ内容になっています。詳しくは市役所高齢福祉介護課支援給付担当 ☎(82) 1111 まで、お気軽にお問い合わせください。



さりげない対応が手助けに

認知症が疑われる方への日常のさりげない対応が、いざという時の効果的な手助けにつながります。認知症の方は季節感のない服を着ている、同じ場所を歩き来している、路上に長時間立ちつくしているなどの特徴があります。以下の「3つのない」を心がけて対応しましょう。

3つのない

1. 驚かせない

一定の距離で相手の視野に入り、「こんにちは、何かお困りですか?」と、笑顔を見せながらあいさつし、日常会話を始めるように話しましょう。

2. 急がせない

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わってしまいます。また早口で話すと聞き取れないことがあります。できるだけ穏やかな気持ちでゆっくり話すように心掛けましょう。

3. 自尊心を傷つけない

「認知症の人は何もできないし、分からない」というのは間違いです。本人が一番心配で心細く、苦しんでいることを理解しましょう。



第1回

ちがさきオレンジDay

みんなで支える認知症

9月2日(日) 10時～15時

入場無料

9月21日(金)の「世界アルツハイマーデー」に先立ち、認知症の理解を深めるため第1回ちがさきオレンジDayを開催します。医師や専門家に直接相談できるブースや、現在認知症と向き合っている当事者が語る生の声など、誰もが認知症を理解し知識を深める機会です。また、和太鼓演奏やハーモニカ演奏などを楽しめるステージもあります。テーマカラーである、オレンジ色のものを身につけて会場を盛り上げましょう。

市役所分庁舎5階

13時～15時

当事者やご家族はもちろん、支援する方もいろいろな相談ができます。

A会議室

「脳が喜ぶ」 遊びのコーナー

けん玉・ベーゴマ・お手玉など昔ながらの遊びを楽しめます。
講師 原田和巳さん(理学療法士)

D会議室・特別会議室

相談コーナー

当事者やご家族はもちろん、支援する方もいろいろな相談ができます。認知症サポート医など専門家が一堂に会する貴重な機会です。

13時30分～15時

B会議室

当事者・家族のブース

当事者やご家族の方が互いに語る場を、認知症疾患医療センター職員や家族の会がコーディネートします。



市役所分庁舎 6 階コミュニティホール

10時～12時

認知症当事者&支援者フォークデュオ「ヒデ2」 お話&ミニコンサート

認知症当事者と認知症サポーターのフォークデュオ「ヒデ2」のコンサートと講演。

57歳の時にアルツハイマー型認知症の診断を受けた近藤英男さんとサポーターの稲田秀樹さん。認知症への偏見を解消し、診断初期の方から進行している方も含めて、暮らしやすい社会を目指して活動しています。



パネルディスカッション

「認知症の方やその家族への支援における役割」

内容 講座や支援方法などさまざまな事例をテーマに、公開形式で討議します
出演者 認知症サポート医、地域包括支援センター職員、ケアマネジャー、にこにこクラブ会長、行政職員

13時～15時

元気はつらつコーナー

認知症予防のための運動や体操、コグニサイズ・歌体操・ちがさき体操などで体を動かして、健康な体を作りましょう。

13時30分～15時

寸劇上演

演目 認知症の方とのかかわり方
「ゆず木あいさん一家の日曜日の様子」
出演 地域包括支援センター職員

ゆっくりとしたひとときを

昼食販売

「高齢者にやさしい地域づくり推進協定」締結コンビニエンスストアによる出張販売



くつろぎ処

茶席(茅ヶ崎茶道会)
おいしいお抹茶とお菓子をご用意しています(有料)



創作作品の展示(会場内)

デイサービスやグループホームなどの介護施設の利用者の方が折り紙などで作った創作品を展示