



笑顔が一番！（介護施設の夏祭りにて）

～認知症を理解し、みんなで支えよう～

9月は「認知症を知る月間」です

認知症とは、脳の病気によって記憶力や判断力が低下し、生活に支障が出ている状態のことです。現在の医学では、治すことは難しいといわれていますが、周りの人たちの助けがあれば、認知症であっても自分らしく生活することはできます。

今回は、認知症に対する地域での取組みを紹介します。



▲オレンジリング

▲地域の支えがあれば、安心して暮らせませす（認知症サポーターの証であるオレンジリングを授与された皆さん）



▲高校生も認知症サポーターの養成に協力しています（友部高校演劇部による寸劇）

認知症の症状とは？

脳の細胞が死んでしまうことによって直接起こる症状（中核症状）と、性格や環境、心の状態によって発症する症状（行動・心理症状）があります。記憶障害、時間や場所、人が分からなくなること（見当識障害）などが中核症状で、歩き回ること（徘徊）や、落ち着かない、攻撃的な言動があるといったことが行動・心理症状にあたります。



行動・心理症状 ← 助けがあればよくなる

- 歩きまわる
- 落ち着かない、イライラしやすい
- 元気がない

- 忘れてしまう
- 覚えられない

治すことは難しい

中核症状

- 考えるスピードが遅くなる
- 計画を立てられない、計画どおりにできなくなる
- 時間や月日、場所、人が分からなくなる

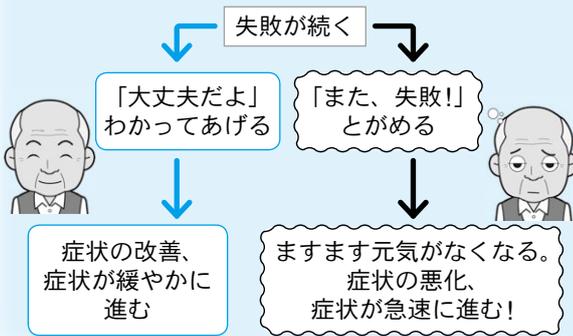
- 介護への抵抗
- 睡眠障害
- 攻撃的な言動
- 妄想（現実でないことを思いこむ）

みんなで助けることが大切！

認知症の方は、誰よりも苦しんだり、悩んだり、悲しんだりしています。まわりの人が、認知症の人の不安な気持ちや何に困っているのかを感じ取り、助けてあげることが大切です。



認知症の方への関わり方による行動・心理症状の変化



物忘れが激しくなったり、時間や場所が分からなくなったりすることは、程度の差はあっても、誰にでも起こりがちな認知症の症状です。

しかし、妄想や徘徊などは、環境や心理状態によって引き起こされるので、落ち着ける環境を作ることによって抑えることができます。

声のかけ方一つでも、違いは大きいものです。

例えば、「財布がない」と探している人に「ここにあるでしょ！」と責めたり叱ったりすると、より不安になり、いつまでも財布を探し続けます。「一緒に探しましょう」と、見つけ出せるように誘導すれば落ち着かせることができます。

心配事・お困り事は

認知症地域相談員へ

市では、認知症でお困りの方に対して相談を受け付ける「認知症地域相談員」を配置しています。認知症に関して、幅広い知識や経験を持った専門職の方ばかりですので、心配事、困り事がありましたら、お気軽に相談してください。

氏名	所属事業所	事業所電話番号
うみかた ひろゆき 海方 裕幸	特別養護老人ホーム戸戸苑	0296-78-2221
かわさき ふみこ 川崎 文子	ケアハウス悠	0296-78-1133
おおつ ふみひろ 大津 富三弘	特別養護老人ホームかさまグリーンハウス	0296-72-8134
かたおか ひろし 片岡 博司	笠間市社会福祉協議会	0296-77-0730
こいずみ ひでと 小泉 秀人	特別養護老人ホームすずらの里	0299-45-0555
すが みつこ 須賀 光子	笠間市立病院	0296-77-0034
すずき のりこ 鈴木 規子	認知症対応型グループホームコンフォルトかさま	0296-71-1055
とくら やすこ 戸倉 寧子	立川記念病院	0296-77-7211

「認知症になっても安心して暮らせる街づくり」を進めています

認知症サポーター養成講座



認知症の症状を寸劇で紹介することもできます
(写真上は小学校での講座、下は市民向けの講座)

「認知症サポーター」とは、認知症の方や家族を温かく見守る地域の応援者のことです。「認知症サポーター養成講座」を受ければ、誰でもなることができます。役割は、講座で覚えた知識を生かし、自分ができる見守りや手助けをすることです。

現在、全国的に認知症サポーターを増やすためのキャラバン活動が行われており、笠間市でも現在までに2,000人以上の方が受講されました。

企業や団体、町内会など受講希望者が10人以上集まれば、どこでも出前講座を行います。最近では小・中学校単位でも開講しており、子どもたちにも、認知症を理解してもらえようになりました。

講座修了者には、サポーターの証としてオレンジリングをお渡しします。興味・関心がある方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。

【問合せ】笠間市地域包括支援センター TEL 0296-78-5871

オレンジカフェ(認知症カフェ)

お茶を飲みながら
気軽に話し合います



認知症カフェは、認知症の方やその家族、介護職員、地域の人たちが気軽に集まり、お互いの悩みや体験を話し合う交流の場です。話をすることで気持ちが楽になり、認知症への理解も深まります。

市内では、次の2か所で定期的に開催しています。お気軽にご参加ください(認知症の方は必ずご家族の方と一緒にご参加ください)。

生活の多様な
情報を地域に
発信できる
カフェを目標
にしています



(左から)担当の中嶋さんと
室井さん

日時/毎月第3水曜日 午後2時~3時30分
参加費/フードまたはドリンク1品注文分

【問合せ】TEL 0296-73-5577
(鯉淵6526-19)

フロイデ総合在宅サポートセンター友部内のカフェスペースを利用して開かれます。日当たりのよい開放的な空間で、本格的なコーヒーやお茶を楽しむことができます。味わい深い一杯で、心も和やかに、参加した皆さんとの話も弾み、認知症に関する悩みや、介護に対するヒントも得られることでしょう。

◆カフェテリア フライブルク (フロイデ総合在宅サポートセンター友部内)



おしゃべりを 楽しんでください



担当の
山本さん

日時/毎月第3日曜日 午後1時~4時
参加費/1回につき300円

◆ほっとカフェ グリーンハウス (ケアハウスかさま内)

今年8月からオープンしたケアハウスかさまの認知症カフェは、「回想法」を取り入れていきます。懐かしいスライドを上映し、思い出を語り合いながら楽しいひと時を過ごせます。認知症に関する書籍や資料も多数用意していますので、話を聞くほかに、認知症の幅広い情報を得ることが出来ます。

【問合せ】TEL 0296-70-1100
(石井甲32-1)



みんなで話し合うことで、
笑顔になることを目指しています

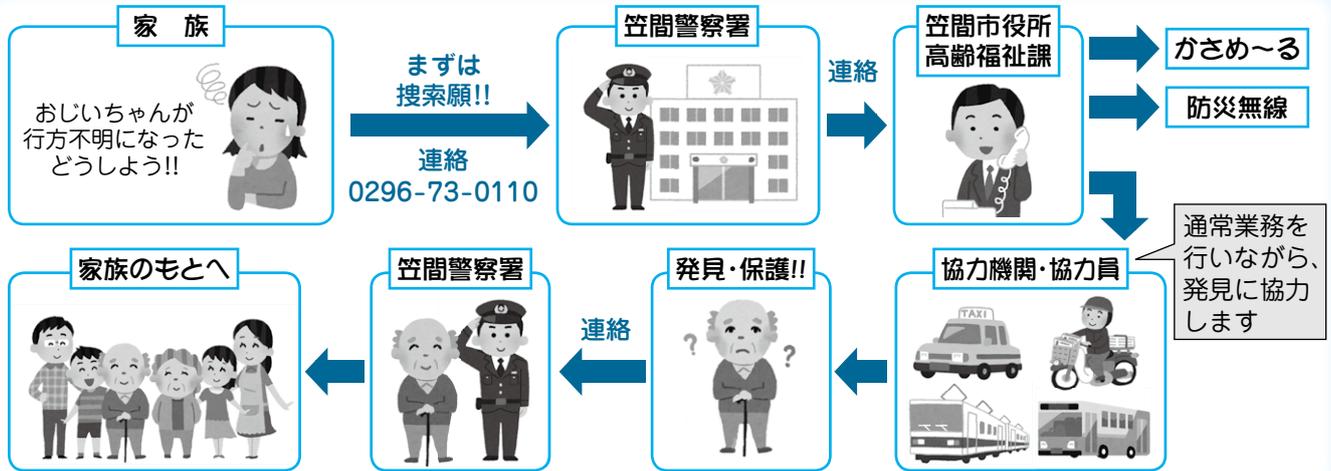
SOSネットワークシステム

ご利用にあたってのお願い

- ・行方不明になったら、必ず警察署に捜索願を出してください。
- ・万が一に備え、対象者の情報や写真を事前に登録しておくことで早期発見・保護につながります。

認知症の高齢者が行方不明になったとき、防災無線やかさめ〜るによる情報提供依頼や、「協力機関・協力員」に捜索依頼を出すことで、行方不明者の早期発見・保護に結び付ける仕組みです。

現在、公共交通機関や郵便事業者、宅配業者、牛乳販売店、新聞販売店などが協力機関となっています。



かさめ〜るとは、メールアドレスを登録することで、防災や行政などの情報が配信されるサービスです。登録は、市ホームページから行えます。

【問合せ】高齢福祉課（内線174）

コミュニティサロン サロンいけのべ



コミュニティサロンとは、高齢者が住み慣れた地域で、安心していきいきと生活するために、身近な地域の方々と交流を持つための集いの場です。

昨年6月より、池野辺地区ではコミュニティサロンを開催しています。

高齢になるとなかなか外出できなくなり、自宅に閉じこもりがちになってしまいます。サロンに来ることで他の方々とコミュニケーションを図ることができ、脳の活性化にもつながります。老若男女問わず気軽に誰でも参加できますので、ぜひ遊びに来てください。

日時／毎月第3月曜日（原則）
午前9時～午後4時

場所／池野辺公民館（池野辺1295）

*送迎はありませんので、各自でお越しください。

*笠間市社会福祉協議会池野辺支部のボランティアが作る手作り昼食も200円で提供しますので、事前にご連絡ください。

【問合せ】サロンいけのべ 井口 TEL 0296-72-8725・藤枝 TEL 0296-72-8915

来年度より、笠間市では介護予防・日常生活支援総合事業が始まります。この事業は、「地域の中」での介護予防や生活支援を目指す「地域づくり」を目的にしています。このサロンいけのべもその役割を担っています。自分たちの地域でもやってみようと思った方は、笠間市地域包括支援センターまで相談してください。

【問合せ】笠間市地域包括支援センター TEL 0296-78-5871

あながき
認知症とはどのような病なのかを知り、理解を深めていくことの重要性を強く感じました。市では、今後も認知症の方が不安を少しでも解消できるように、安心して自分らしく生活できる街にするため、みんなで支え合える体制づくりを進めていきます。

特集「認知症を知る」完

認知症などで判断能力に支障が出たときに自分の権利をどう守るかをテーマにした講演会（主催・地域包括支援センター）が、7月に友部公民館で開かれ、57名の方が参加しました。
おぬまのりひこ
弁護士の小沼典彦さんには、財産管理や身上監護をその人に代わって行う「成年後見制度」について、また、笠間市社会福祉協議会の生駒大輔さんには、金銭管理や介護サービスなどをお手伝いする「日常生活自立支援事業」についてそれぞれ話していただきました。

権利擁護を学ぶ 講演会を開催しました

