

明日の自分のために・・・ あなたも 認知症サポーターになりませんか？



認知症サポーターとは？

何か特別なことをする方ではありません。
認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守る支援者として自分のできる範囲でちょっとした手助けをしたり、認知症に関する情報を提供して相談窓口につなげる活動をします。
認知症を自分自身の問題として認識し、友人や家族に学んだ知識を伝えること、認知症の方やその家族の気持ちを理解しようと努めることもサポーターの活動です。

認知症サポーターになるには？

「認知症サポーター養成講座」を受講した方が「認知症サポーター」となります。受講後は、「認知症の方を支援します」という意思を示す目印の「オレンジリング」が渡されます。



▼認知症サポーター養成講座の概要

日	時	希望により調整		
会	場	原則として申込者が確保。		
講	師	キャラバン・メイト（講師料は無料）		
内	容	認知症ってどんなもの？ （症状、行動と心理、接するときの心構え、介護者の気持ちほか）		
対	象	者	◇5人以上参加者がいること ◇中野市に在住・在勤・在学している小学生以上の市民 （子ども会、区の集会、企業、ボランティア団体、各サークル団体など）	
所	要	時	間	60分～90分

※地域や職場で「認知症サポーター養成講座」開催をご希望の方は、開催希望日の1カ月前までに市役所地域包括支援センターへご連絡ください。講師役のキャラバン・メイトを紹介させていただきます。

問い合わせ先 市役所地域包括支援センター ☎（22）2111（内線366）

粹

介護予防の 情報かわら版

認知症の方を支える“杖”はさまざまですが、馴染みの関係にある皆さんという“杖”は、認知症の方と家族を支えるために欠かせないものです。

一月十九日・二十日の二日間、中野保健センターにおいて「キャラバン・メイト養成講座」を開催しました。



▲グループワークの様子

この講座は、一人でも多くの方に認知症を理解していただけるよう、地域、職場、学校などで認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法などを伝える講師役「キャラバン・メイト」を養成することを目的としたもので、三十八人が講座を受講しました。
初日は、長野県厚生連北信総合病院副院長の牧下英夫医師をお招きし、認知症の症状や診断・治療等について講演をしていただき、二日目は、地域の社会資源や認知症サポーター養成講座の企画・運営方法などについて、グループワーク形式で学びました。

38人のキャラバン・メイトが誕生！
認知症になっても
安心して暮らせるように



▲JA長野厚生連北信総合病院副院長 坂下英夫医師による講演