

9月1日(金)～9月29日(金)

厚木市では世界アルツハイマーデーに合わせて様々なイベントを開催します。



若年性認知症の当事者による講演会 認知症サポーターとのパネルディスカッション

●講師:丹野 智文氏
セールスマンとして活躍していた39歳の時、若年性認知症と診断。
自身の体験や経験をもとに、普及啓発や認知症当事者からの相談を受ける。
9月16日(土) 14時～15時30分
あつぎのえいがかんkiki(アミューあつぎ9階)



認知症サポーター養成講座

●講師:志摩 宙人氏
横浜市多業種交流会「浜CAN」会長「誰一人取り残されない世の中」をテーマに活動
9月23日(土) 10時～11時30分
あつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ6階)



VR体験会

●認知症の方が見ている景色を体験してみよう!!
9月23日(土) 13時30分～15時
あつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ6階)



管理栄養士による体験型セミナー+笑いの体操

●認知症の原因のひとつと言われる生活習慣病を「食生活セミナー」で予防し「笑いの体操」で記憶力アップ!ストレス解消にも!
9月23日(土) ①10時～11時 ②14時～15時
あつぎ市民交流プラザ(アミューあつぎ6階)

事前申込制(8月1日から受付):地域包括ケア推進課(☎046-225-2047)まで
イベントの一部を掲載しております。詳細はホームページをご覧ください。

RUN TOMO+ 厚木・海老名・伊勢原

9月16日(土) 11:00 厚木中央公園ゴール



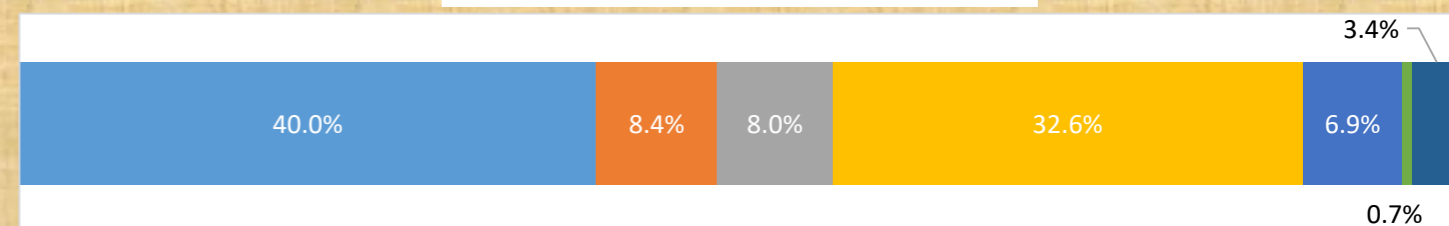
RUN伴(ランとも)は、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して認知症の人やご家族、地域住民、医療・福祉関係者の方々と一緒にタスキをつなぐプロジェクトです。あゆコロちゃんと一緒にゴールを見届けましょう。

2023.8.1

編集・発行/厚木市地域包括ケア推進課(市役所第二庁舎1階)
〒243-8511 厚木市中町3-17-17 ☎046-225-2047 FAX 046-221-2205

認知症って言葉だけで 距離を置いていませんか?

認知症に対するイメージ



- 身回りのことができなくなり、介護施設に入ってサポートを利用することが必要になる。
- 症状が進行してゆき、何もできなくなってしまう。
- 暴力、暴言など周りの人に迷惑をかけてしまうので、今まで暮らしてきた地域で生活することが難しくなる。
- 医療・介護などのサービスを利用しながら、今まで暮らしてきた地域で生活していける。
- できないことを自ら工夫して補いながら、今まで暮らしてきた地域で自立して生活できる。
- その他
- 分からない

出典:内閣府「認知症に関する世論調査」

高齢者の5人に1人が認知症!?

身近な人が認知症になってしまった時、

- ・いつも通りお話できますか?
 - ・暴力や暴言から怖いイメージを持っていませんか?
 - ・徘徊して周りに迷惑をかけると思いませんか?
- 認知症について正しい知識を身に付け、認知症の人やその家族をできる範囲で手助けしてみませんか。

厚木市が目指す「地域包括ケア社会」とは?

“誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる社会”

認知症って？

認知症は誰でもなる可能性のある身近な病気です。認知症とは、脳の病気などが原因で脳細胞が壊れてしまったり、働きが悪くなることにより、認知機能(記憶、思考、理解、判断などをする機能)が低下し、おおむね6か月以上日常生活や社会生活に支障が出ている状態をいいます。

認知症について学ぶには？

認知症サポーター養成講座があります。本講座は、認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法を理解して、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者を養成する講座です。自分のできる範囲での活動となります。 【問】地域包括ケア推進課 046-225-2047

認知症ケアパスって？

認知症ケアパスとは、認知症の人とその家族が住み慣れた地域で安心して暮らすために、認知症の症状と対処法・支援体制などの情報をまとめたものです。認知症の相談窓口や医療機関なども掲載。市役所、地域包括支援センター等で配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。



どこに相談すればいいの？

厚木市には市内10地域に地域包括支援センターを設置しています。介護・医療・福祉等の相談窓口で主任ケアマネージャー、社会福祉士、保健師等専門職が連携して支援を行います。

お近くの地域包括支援センターはホームページから確認してください。

あつぎオレンジサポート企業・団体認証って？

認知症の人を地域で見守る・支えるため、認知症サポーター養成講座を受講した企業や団体をあつぎオレンジサポート企業・団体として認証しています。認知症にやさしい企業・お店を募集しています！詳細につきましては地域包括ケア推進課までお問い合わせください。

【問】地域包括ケア推進課 046-225-2047

認知症の方が活躍する場や学びの様子

認知症の方が今までの経験を活かして活躍している場所や気軽に楽しくおしゃべりできる場所、生徒達が認知症について学んでいる場を取材しました。

ふあーむ ますおさん



荻野の青空の下で認知症の方やその家族の方々が笑って過ごせる集いの場所です。畑の持ち主のますおさんは認知症ですが、畑に関する知識はしっかりと覚えています。記者も鍬の使い方を一から教えていただきました。家族の方からは「畑仕事をしている時は元気でイキイキしている。」、参加者の方は「コミュニケーションをとる貴重な機会となっている。」「とにかく収穫が楽しみ。前回やった芋煮会は盛り上がった。」との声がありました。地域の保育園、障がい者グループホーム、高齢者施設入居者が協力して「ひまわり大作戦」を実施。ぜひ、ご覧ください。

ますおさんは、『戦争体験を語る～認知症になっても伝えられる思い～』を開催し、自身の戦争体験を地域の方に発信しています。

開催日：毎月第1第3木曜日
☎荻野地域包括支援センター 046-241-5780

日曜サロンなよたけ



認知症になっても安心して、気軽に交流ができるのが認知症カフェです。木のぬくもりに包まれた喫茶店でピアノやウクレレなどを聞きながら、陶芸家のマスターが収集した美しいカップでおいしいコーヒーを飲み、おしゃべりしたり、昔懐かしい曲を皆で合唱して楽しんでいます。

気軽に専門職へ困り事の相談ができます。認知症の方は「みんなで歌えたり、みんなとお喋りして楽しい。」、家族も「ここに来ると笑顔になってくれる。」と話していました。マスターは「認知症や家族の方々が情報交換ができる場をこれからも続けていきたい。」と笑顔で話していました。

開催日：毎月第4日曜日 12～15時
☎厚木地域包括支援センター 046-297-2970

ふらっとメイサムカフェ

ふらっとメイサムカフェは当事者の方も「五感で楽しめる」「いるだけで楽しい」場で認知症や予防方法を学びながら、参加者同士が交流する場です。リーダーは「認知症カフェがハレの場になるよう心掛け、普段できないことをできる場にしたい。」と話してくれました。

取材の日は「お茶を点(た)てる」体験をし、昔を思い出したり、茶釜(ちゃせん)の形から床屋で使う道具を連想し、笑いが起きていました。参加者からは「懐かしい体験や話しができて楽しかった。」「話せてスッキリした。」と声があり、皆さん笑みを浮かべていました。身体も動かし、心身共にスッキリして笑顔になっていました。今後も新しいことや楽しいことに取り組んでいきます。

開催日：奇数月 第三金曜日
☎相川・南毛利南地域包括支援センター 046-220-0643



小鮎中学校 認知症サポーター養成講座

小鮎中学校では、差別や偏見のない思いやりや助け合いの気持ちを行動や態度で現すことができるよう、認知症サポーター養成講座などに継続的に取り組んでいます。

実際に起こり得る場面で認知症の人に対し、自分ならどう対応するのか、どんなことを大切にしていきたいか、地域の人と声をかけ合える関係性を築いていくことの大切さを学びました。

加藤さんは「認知症の人は何もわからないと思っていた。身近な人が認知症になった時には優しく接したい。」また、門脇さんは「行方不明の放送で似た人がいたら、大人や警察に情報提供するなど正しい行動をしていきたい。」と話していました。

生徒たちが認知症を正しく理解することで、地域で助け合いの輪が広がっていき、皆が自分らしく暮らせる厚木市になっていくでしょう。



加藤さんと門脇さん