



ふるべー



市長と話しませんかタウンミーティング…… 5面
令和3年度 小平市産業まつりは中止…… 6面
新型コロナウイルスワクチン接種情報…… 7面

やさしいにほんごでのお知らせ



認知症になっても 安心して暮らせる地域に

認知症は誰もがなる可能性のある病気です。住み慣れたまちで、安心して暮らしていけるように、住民同士で支え合っていけるような地域を目指しましょう。

問合せ 高齢者支援課 ☎042(346)9539

認知症の人を支援する時に大切なこと

認知症になると、自分ではできなくなることが出てきますが、急に何もできなくなるわけではありません。周りからの温かい見守りや少しの手助けがあればできることもたくさんあります。できることを生かしながらさりげなく支援し、本人の尊厳を大事にすることが大切です。

認知症の人が困っていたら、「なにかお手伝いできることがありますか」と一声かけてみましょう。具体的な援助はできなくても、理解者であることを示すことができます。

認知症の人を地域で支える

地域には、認知症の人やその家族が安心して暮らしていけるように、認知症について学んでいる支援者がいます。また、認知症の人が安心して過ごせる居場所などもあります。

◆認知症サポーター

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、認知症の人を温かく見守る応援者です。なにか特別なことをする人ではありません。

認知症に関する基礎的な講座を受講すると、誰でもサポーターになることができます。

認知症サポーターカード



認知症サポーターの証です。

オレンジリング



このステッカーがあるお店には、認知症サポーターがいます。

◆認知症支援リーダー

認知症サポーターが、さらに認知症の人への支援について学ぶと、認知症支援リーダーになります。認知症の人たちが交流する場、認知症カフェの運営や、認知症サポーター養成講座を行うなど、地域で認知症の人を支える活動を行っています。

◆認知症カフェ(オレンジカフェ)

認知症の人やその家族、地域住民の方が集まり、悩みを打ち明けたり、くつろげる場所です。レクリエーションも行っています。



認知症の人と接する時のポイント

認知症の人が困っているのを見かけたとき、どのように接したら良いか、大切なポイントを紹介します。認知症の人に限らず、困っている人に接する時にも気をつけたいポイントです。

後ろから声を掛けない

一定の距離で、相手の視野に入った状態で声をかけましょう。後ろからの声かけ、唐突な声かけはやめましょう。



穏やかに、はっきりと、やさしい口調で話す

高齢の方は耳が聞こえにくい人が多いです。ゆっくり、はっきりと話すように心がけましょう。

相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

認知症の人は、せかされるのが苦手です。また、同時に複数の質問に答えることも苦手です。相手の言葉をゆっくり聴き、何がしたいのか、何に困っているのかを確認しましょう。



家族の認知症をきっかけに

私は、認知症サポーター養成講座、認知症支援リーダー講座を受講して、現在はオレンジカフェの立ち上げなどに取り組んでいます。認知症について学ぼうとしたきっかけは、両親が認知症になったことです。当時、支えてくれた地域の人に恩返しをしたいと思い、認知症支援リーダーになりました。何か困ったことがあったら気軽に相談ができ、お互いに助けあえるような地域を作っていきたいです。



認知症支援リーダー
本田さん

認知症週間に関連したイベントは8面へ