



(昨年度のRUN伴のようす)

『共に生きる』 地域社会をめざそう！ 認知症について考える特集号



安心のまちづくりのために
高齢者の暮らしを考える
第26回

認知症は誰にでも起こり得る脳の病気で、2025年には65歳以上の5人にひとりになると言われています。若い方の発症もあり、身近な病気のひとつです。また認知症が原因で行方不明になる方も最近増えてきています。

松阪市では「認知症になっても安心のまち」をめざして、認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族の応援者である「認知症サポーター」の養成に努めています。大人だけでなく子どもたちにも支援の大切さを学ぶ機会を持っていただくために、小・中学生を対象に「キッズサポーター」の養成も進めています。超高齢社会の今、地域全体で考え理解し暮らしを支えられる松阪市にしたいものです。

今回は、漕代小学校で行われた講座にお伺いし、松阪市第四地域包括支援センターの秦智浩さんにお話を聞きました。

Q. 認知症ってどんな病気？

認知症は生活がしづらくなる症状を表す名前です。

高齢になると、目が見えにくい・耳が聞こえにくい・腰が曲がり歩きにくいなどといった状態が進み、脳も老化によって物忘れが増えてきます。しかし、認知症は単なる老化ではありません。脳の病気によって、ついさつき体験したことを忘れて、感情が不安定になったりと生活のしづらさが現れてくるのが特徴です。様子がおかしいと思ったら早めに病院へ行くことが大切です。

Q. 認知症サポーターは
何をしたら
いいでしょうか？

認知症サポーターは特別のことをする人ではありません。

地域で困っている人を見かけたら優しく声をかけるなど活動内容はそれぞれです。「温かい目で見守ること」を基本として、自分の出来る範囲でサポートをしていただいています。普段のあいさつや声かけなど、小さなことを積み重ねることが大きな見守りに繋がります。

キッズサポーター養成講座ようす(漕代小学校の講座から)

地域の人と一緒に学びました。

子どもたちに「認知症って聞いたことがありますか?」と尋ねると多くが「知ってるよ」と元気よく答えていました。地域の方々も絵本の読み聞かせをしたり、一緒に昔の遊びをしたり協力してくださっています。

<子どもたちの感想から>

- ・病気のことをわかってもらえないと悲しいだろうと思いました。
- ・やさしく話し相手になってあげたい。
- ・困っている人がいたら声をかけたい。

<参加した人の感想から>

認知症は他人事ではありません。子どもたちが困っている人へのやさしい心を持っていることがわかり、頼もしく感じました。



認知症関連のお知らせ

◎物忘れ相談会

物忘れや認知症が心配な方や、病院へかかるのをためらっている方のご相談に応じます。

- とき/10月11日(水)午後2時半~5時
- ところ/健康センターはるる(春日町)
- 相談員/専門医師
- ※医師の相談30分を含め、一人1時間程度
- 定員/4人(要予約)
- 費用/無料
- 申込方法/電話または直接、第一地域包括支援センター(白粉町)へ。☎25-1070

◎認知症介護家族教室

~認知症の方を介護している家族さん、集まりませんか~

- とき/9月27日(水)午後1時半~3時半
- ところ/南勢病院(山室町)

時間	講座の内容	講師・スタッフ
午後1時半~	認知症の方へのリハビリ(生活しやすくなるために)	作業療法士
午後2時20分~	ほっとカフェ(みんなでおしゃべり、ホッと一息)	認知症の介護経験者ほか

- 対象/認知症の方を介護されている方、支援者等(本人の参加も可)
- ※必要時にはスタッフ(介護経験者等)がお相手します。
- 定員/20名(要予約)
- 費用/無料
- 申込方法/電話で高齢者支援課へ。☎53-4099

◎認知症講座と脳トレ機器体験

- とき/10月19日(木)午前10時半~正午
- ところ/三重信用金庫本店5階ホール(朝日町)
- 内容/認知症の基本的知識、脳トレーニングプログラム体験など
- 定員/30人(要予約)
- 費用/無料
- 申込方法/電話で高齢者支援課へ。☎53-4099

◎RUN伴(ランとも)2017

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、認知症の人もそうでない人も、みんなでタスキをつないで、日本を縦断する全国的なプロジェクト。中継地点などでみなさんの温かな応援を宜しくお願いします。

- とき/10月19日(木)
- 午前11時半頃~午後3時頃(松阪エリア)

■松阪市内の中継地点とタスキ到着予定時間

伊勢市→玉城町→午前11時50分 漕代小(目田町)→午後0時16分 第三銀行松阪東支店(宮町)→0時35分 三重信用金庫本店(朝日町)→1時5分 松阪市役所(殿町)→1時46分 松浦武四郎記念館(小野江町)→2時10分 もりの輪(小野江町)→津市へ

■テーマカラーはオレンジ

オレンジ色の物を身に着けたり、手に持ったりして応援してください!

【問】 高齢者支援課 ☎53-4099

