

# 認知症サポーターになるろう！

## サポーター養成講座を開催しています

認知症対策は、全国に先駆けて高齢化が進む長門市においては最も重要な施策のひとつです。認知症になると本人はもろろんその家族の負担も相当地なものがあります。その負担を少しでも軽減するのが認知症サポーター。認知症の人やその家族を温かく見守り支援するサポーターを一人でも増やし、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを進めます。

### 認知症対策は、高齢化社会の最重要課題

認知症対策は、超高齢化社会を迎える日本においては、最重要課題のひとつで、85歳以上では4人に1人にその症状があるといわれています。認知症は誰にでも起こりうる脳の病気によるもので、現在は全国で169万人ですが、今後20年で倍増すると予測されています。

認知症の人が記憶障害や認知障害から不安に陥り、人との関係が損なわれることもしばしば見られ、家族が疲れきって共倒

れしてしまうことも少なくありません。そんな認知症の本人や家族の助けになるのが「認知症サポーター」です。

市では、平成18年からサロンや高齢者学級、地域の各種グループなどを対象に講座を開催し、平成22年8月末現在で約1,700人の認知症サポーターが誕生しています。

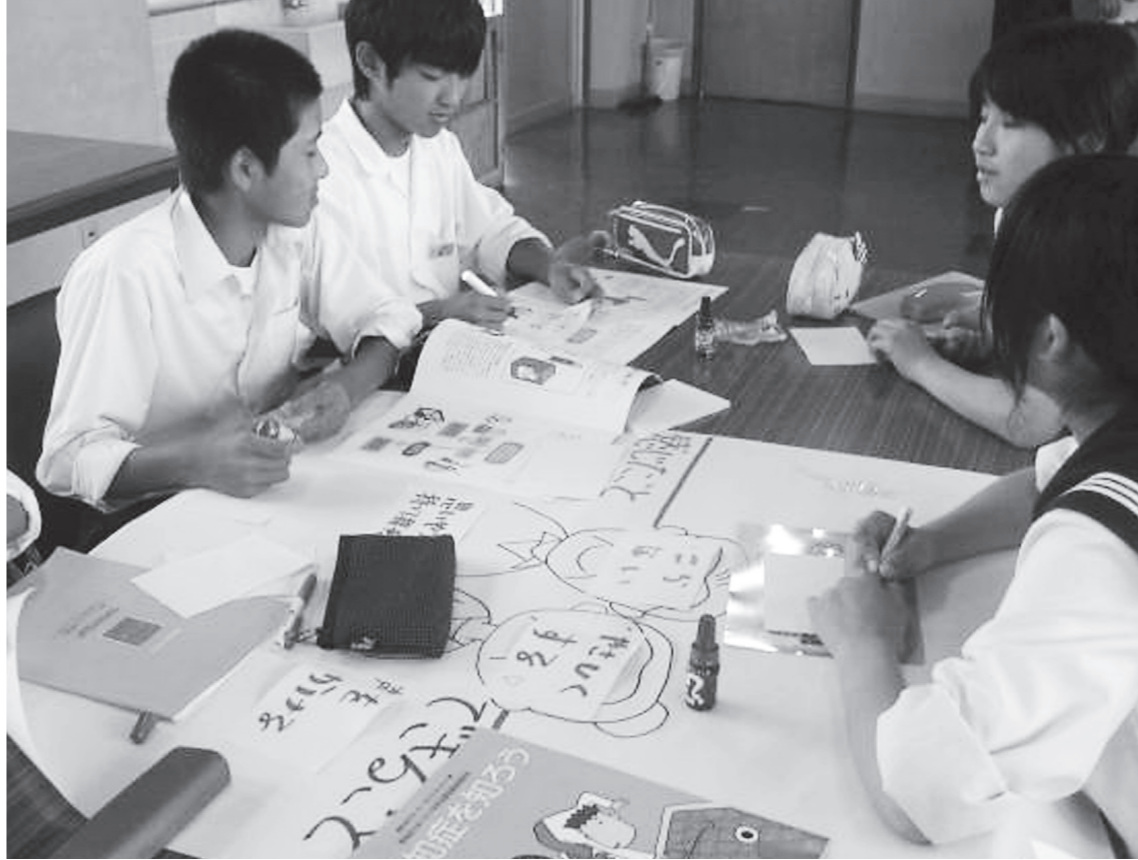
### 認知症サポーターの活動

認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人

や家族を温かく見守る応援者として、自分のできる範囲で活動します。認知症を、自分自身の問題と認識し、学んだことを友人や家族に伝えることや、認知症の人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重要な活動です。

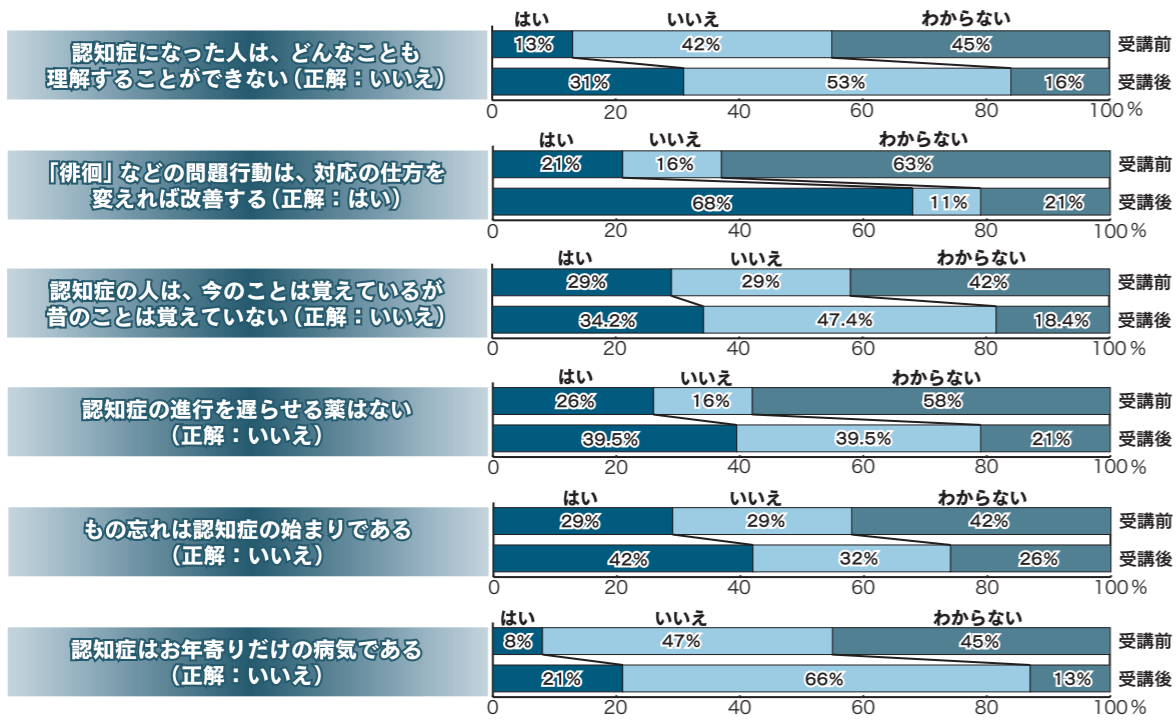
### サポーターになるには

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



▲仙崎中学校での認知症サポーター養成講座

## 受講前後の認知症に対する理解の差



### 仙崎中学校で養成講座を開催しました

7月13日に仙崎中学校3年生を対象に認知症サポーター養成講座を開催しました。学校での開催はこれが初めてとなります。講座の講師役であるキャラバン・メイトが、「認知症とは何か」「どういった症状が出るのか」「自分たちにどんなことができるのか」など、受講対象者に合わせてクイズなどを使いながら説明しました。受講後は、サポーターの証としてオレンジリングを配布しました。

### 養成講座受講前の認知症に対するイメージ

- 物忘れが激しい
- 昔のことは全て忘れてしまう病気
- 物や人が分からなくなる
- 家族が大変そう
- 意味の分からないことを言う
- 不思議な行動をとる
- 認知症は治らない
- 徘徊防止に力がかかっているかわいそう
- 物を覚えることができない
- 同じことを毎日繰り返す

### 養成講座を受講後の感想

○認知症について何も知らなかったけど、優しく声をかけられることが大切とわかった

○認知症はどんな人にも起こる可能性があるし、いつなるかも分からない。なってしまうととても大変だけど、周りの人の支えが必要とわかった

○工夫することによって症状を

遅らせることができると思うので、お年よりは大切にしたいと思います

この認知症サポーター養成講座は、長門市の出前講座のメニューとなっております。講師の派遣を行っています。左記までお問い合わせください。

■お問い合わせ 市民福祉部 高齢障害課 高齢福祉係  
Tel 23・1244

### 養成講座の一部をご紹介します

8月24日に、長門総合病院の職員研修の一環として養成講座を開催しました。

約200名の参加があり、実践に基づいた認知症高齢者の対応方法について学びました。

