



おれんじ通信



2025年3月 Vol.12

地域支援推進員リレー通信



認知症の豆知識 ～認知症サポーターキャラバン～

認知症サポーターキャラバンは、認知症を正しく理解し、認知症に対する誤解と偏見を解消し、認知症の人や家族を応援する「認知症サポーター(※)」を増やすため、認知症サポーター養成講座の講師役(キャラバンメイト)を養成する事業です。日本発祥の「認知症サポーターキャラバン」を手本に、世界各国でも同様の取り組みが進められています。

安心して暮らせる街をみんなで作っていくことを目指している事業で、2005年から全国展開され、講師が実施した講座を受けた認知症サポーターは全国で 約1,600万人(2024年)。多摩市では、現在 16,706 人います。

※認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではなく、認知症の人やその家族の「応援者」です。

推進員コラム

地域に合わせた認知症ステップアップ講座 ～ブリリア多摩ニュータウン編～

「いつもと違った講座が良い」「もっと自分事として考えてもらいたい」といった住民の方の要望を受け、ブリリア多摩ニュータウンにて認知症サポーター養成講座、ステップアップ講座を全3回開催しました。

『認知症』という単語をよく耳にすることはあっても、なかなか自分事としてとらえることは難しいと思います。

「もし自分が認知症になったら」「認知症になっても、いつまでも住み慣れた地域で生活するには」とテーマを決め、グループで意見交換するととても良い時間を持つことができました。

参加された方からは「普段、思っても話せないことを話せてよかった」「考える機会になったよ」といった感想をいただきました。



私の出身は山梨県。

自治会活動が盛んで、かつては地域住民で集まり、互助する「無尽(むじん)」という寄り合いがありました。

昔はお互いを知り、困った時は助け合うことが当たり前でした。今では積極的な互助活動は難しいとは思いますが、「困った時はおたがい様」の気持ちを持ち続けていきたいなと思います。



トピックス

「地域交流～まどカフェ～の開催」

馬引沢にある有料老人ホーム ベネッセスタイルケアまどか永山&東部地域包括支援センター共催で地域にお住まいの方との交流会“まどカフェ”を開催しました。民生委員さんやオレンジパートナーさん(※)をお招きし、入居者の方と一緒に、お菓子を食べたり、お茶を飲んだり。最後はみんなで懐かしの歌を大合唱！ 素敵な時間を過ごしました。今後も定期開催を目指していきたいと思います！

*オレンジパートナーは認知症サポーターステップアップ講座を受講した方で認知症の人やその家族と共に活動する方(登録制)



TAMA 認知症介護者「いこいの会」

病ゆえに、当事者と歩む道は24時間365日続きます。わかっていても、つい声が大きくなることもあります。迷い道に入り込んで、どうにもならない気持ちになってしまうこともあります。悩みを話しても、黙って耳を傾けて聞いているだけでも…。時には、思い出話や季節の話題などで盛り上がることもあり、楽しいですよ。

- ▶毎月第1火曜日13:30～
聖蹟桜ヶ丘ヴィータコミュニティー7階
ワークショップルーム
- ▶毎月第3金曜日13:30～
ベルブ永山5階消費生活センター
科学室 など

まちのもの忘れ相談室 「みらいの会」(当事者会)

外に出るきっかけになる場所です。自由に話せる場所です。あなた自身を大切にしたいと思える場所です。
認知症と診断されて、この先どうなっていくのだろう…と、不安が先行している方、ひとりで悩まずに、気軽にお立ち寄りください。
仲間と一緒に楽しいことを探しましょう！

- ▶毎月第3日曜日13:30～
聖蹟桜ヶ丘ヴィータコミュニティー
7階 活動交流室

あなたのまちの高齢者の相談窓口

「認知症地域支援推進員」もいます！

お住まいの地域	地域包括支援センター	電話番号/住所
東寺方(3丁目を除く)・落川・百草・和田(3丁目を除く)・桜ヶ丘・関戸6丁目・貝取(地番)	西部	☎ 042-389-8850 和田1532
連光寺・聖ヶ丘・馬引沢・諏訪	東部	☎ 042-373-7850 諏訪5-1 諏訪複合教育施設内
落合・鶴牧・南野2～3丁目・唐木田・中沢・山王下	多摩センター	☎ 042-376-2941 山王下1-18-2
永山2～7丁目・貝取2～5丁目・豊ヶ丘2～6丁目・南野1丁目	中部	☎ 042-375-0017 永山4-2-5-105
関戸1～5丁目・一ノ宮	北部	☎ 042-357-3711 関戸4-19-5 多摩市立健康センター3階
愛宕・東寺方3丁目・和田3丁目・乞田・永山1丁目・貝取1丁目・豊ヶ丘1丁目	北部 愛宕支所	☎ 042-319-6411 愛宕1-1-2-106 愛宕第一住宅