

あなたにも できること

周囲の認知症への正しい理解や認知症本人・家族への気遣いが当事者や地域の笑顔につながります。「もっと知りたい」「今できる具体的なことは」と思ってくれたあなたに、学びの機会を紹介します。



▲認知症サポーターの証である「オレンジリング」(左)と
認知症サポーターキャラバンのマスコットキャラクター「ロバ隊長」(右)

◆認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症に関する正しい知識と理解を持ち、地域などで認知症本人と家族に対してできる範囲での手助けをする応援者です。市町村などが実施する「認知症サポーター養成講座」を受けることで誰でもなることができます。

講座では、認知症の基礎知識や認知症の人への対応方法などを専用テキストを使って学びます。時間は約90分、試験などありません。受講者には、認知症サポーターの証である「オレンジリング」が渡されます。

受講の受け付けなど、詳しくは、高齢者支援課(☎66・1018)へ。

介護者を理解することが 本人の幸せにつながる

認知症を抱える家族を援助する会
古森 久恵 さん



■家族の介護を経験して

自分自身も30年余り福祉現場で働き認知症の人と接してきました。そして、認知症であった実母の介護も経験しました。職場では「丁寧に話を聞くこと」「声を荒げるのはよくない」と理解していたはずなのに、母に対して強い口調になり、デイサービスに送る時は良い娘になっているの自分にとっても嫌な気持ちになったのを覚えています。介護をしてみても、本人と介護者との間に、第三者に入ってもらったことで自分をうまくコントロールすることができ、自分ひとりで抱え込むのではなく、人に見守ってもらったことの大切さを実感しました。

■認知症を抱える家族を援助する会

認知症を抱える家族を援助する会は、市が月一回開催している「認知症介護家族のつどい」に参加し、話を聞いたリアドバイスをしています(27%に関連記事)。

つどいの場で、勇気を出して発せられた声をきっかけに、適切なサービスや機関につながることもあります。特に男性の介護者は、一人で抱え込む

〜受講者の皆さんの声〜

とても勉強になりました。今は、新型コロナウイルスの影響もあると思いますが、こんなふう認知症について学べる機会が定期的であれば良いと思います。



岩見 美津子 さん

根気よく向かい合い寄り添うこと。基本的なことですが、それが大事なんだと思います。認知症に対する世間の理解はまだ低いと感じます。理解のある人がもっと増えてほしいです。



谷川 律子 さん

町内に認知症の人がおり、町内でサポートしていますが、サポート方法などが改めて役に立ちました。認知症だからと色目で見ず、思いやりを持って接することが大切だと感じました。



平野 太一 さん

傾向があると感じますが、ある男性介護者が、回を重ねることで、ある日「しんどい…」と誰にも言えなかつた思いを吐き出したこともあります。介護者を孤立させないことが重要です。つどいに参加することで、認知症介護の悩みやしんどさを抱えている家族が「そう思っているのは自分だけじゃないんだ」「ひとりじゃないんだ」ということを一人でも多くの人に感じてもらいたいです。

■介護者を理解すること

認知症という病気を理解しようとするとき、介護者を理解することも大切だと思っています。介護者は、終わりの見えない日々の介護に大きな不安を抱き、周囲の目を気にしながら生活されています。

認知症があっても、誰かが少し手助けや見守りをすれば、まだ自宅で生活できるという人は多いです。介護者の苦勞や頑張りを理解し、さらに一歩踏み出して一緒に考え、支援できる人や地域が増えれば、認知症になって介護を受けられる本人の安心や幸せにつながるのではないかと感じています。

9月30日(水)まで / 認知症コーナー in 東西図書館

認知症に関連する本の紹介や資料を展示しています。



先着各30人 / 認知症予防講座

【日時・場所】

- ◆9月7日(月)14時～15時30分…西駅交流センター
- ◆9月8日(火)14時～15時30分…中総合会館
- ◆9月11日(金)14時～15時30分…勤労者福祉センター

【内容】認知症への正しい理解

認知症の発症を遅らせる・進行を緩やかにするために大切なこと など

【申し込み方法】前日(7日は4日(金))までに電話で高齢者支援課(☎66・1018)へ。

