

令和5年7月20日、河芸ほほえみセンターで開催された、「認知症サポーター養成講座」に参加してきました！



河芸町老人クラブさわやか 認知症サポーター養成講座

河芸町老人クラブは年々、会員数も減少しており、人手不足から老人クラブ活動がない地域も多くなってきています。このような状況の中、老人クラブがない地域の高齢者の方々も活動に参加できるよう、令和5年4月より「老人クラブさわやか」が発足されました。現在43名の方の会員登録があり、毎月1回河芸ほほえみセンターにて体操やレクリエーションなどを通じた交流をされています。河芸町では地域全体で「認知症の方にやさしいまちづくり」を目標に取り組んでいます。今回は、老人クラブさわやかの会員さん17名の方が「認知症サポーター養成講座」に参加されました。

🌸 認知症サポーターとは 🌸

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする人。認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症の人やその家族の「応援者」です。



講師：津北部東地域
包括支援センター職員



受講後、認知症の人を応援する目印として「オレンジリング」が渡されました。

🌸 認知症の人への対応の心得 🌸 “3つの「ない」”

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない
さりげなく自然に接する、
それが一番の支援です。

今回、皆さんに認知症サポーター養成講座を受けて頂き、認知症への理解に少しでもつながれたのではないかと思います。私自身、若い頃に義母の介護を経験しており、苦労もありましたが、誰でも認知症になり得る可能性があります。河芸地域のみなさんが安心して暮らすことができるよう、お互いに助け合えるような地域にするために、老人クラブとして今後も取り組んでいけたらと思います。



老人クラブさわやか代表 濱上さん



参加者の声：「友人や知人に認知症について伝えていきたい」「街で困っている認知症の方がいたら声をかけてみる」「認知症の方やそのご家族の気持ちに共感する」など、今後意識して行動していきたいと思われる方が多くみえました！

★生活支援コーディネーターから★

認知症のことについて、みなさんが真剣に耳を傾けられ時折うなずく姿がみられました。また、最後に若年性認知症を発症された当事者の男性の方からのメッセージ動画があり、家族や職場まわりの理解と協力のおかげで一日一日を大切に前向きに楽しく過ごせるようになり、自らも悩んでいる人の助けになりたいと話されていることがとても印象的でした。河芸町の高齢化率は27%を超え、そのうち認知症高齢者は約1000人とされています。今回の講座をきっかけに自分の地域、地域に住んでいるの方々に関心を持ち、そして温かい気持ちでお互いに助け合えるようになれば誰もが安心して暮らせるまちになると思いました💡