

健康な生活を応援

認知症サポーター養成講座、地区サロン

市では、認知症について知ってもらうためキャラバンメイトによる認知症サポーター養成講座を開催しています。また、高齢者の方々が生き生きと暮らすことができるように、交流の場として地区サロンがあります。適度な運動や脳の活性化が、健康生活につながります。

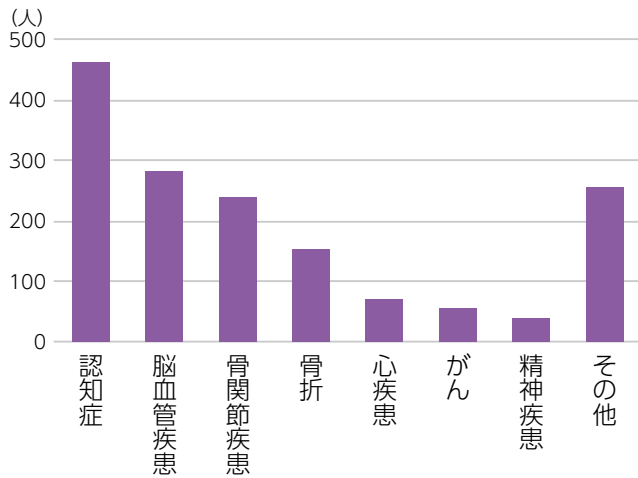
介護保険課
☎995-1821

介護保険申請の理由 認知症が突出

昨年度に市内で介護保険の申請をした理由を疾患別で見ると、最も多かったのは認知症で465件でした。次に多かったのは、脳血管疾患で284件、次いで骨関節疾患が241件で、認知症が突出していました。

認知症は、大脳の異変によって病的なもの忘れなどが進行して、日常生活が営めなくなる病気です。認知症を予防し、いつまでも元気で健康的な生活を送るためには、バランスのとれた食事やウォーキングなどの軽い運動、外出して人と関わることなどが大切です。

介護保険を申請した理由（平成27年度）



認知症の方やその家族を支える 認知症サポーター

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の方や家族に対して温かい目で見守る「応援者」です。認知症サポーターはさまざまな場面で、認知症の方に配慮した行動をしています。

例1 地域で声をかけて応援

認知症の介護家族の方には「近所に迷惑をかけているのでは」という思いがあることがあります。「大変ですね、お互い様ですからお気遣いなく」という言葉などのねぎらいの言葉をかけることで、認知症の方の応援者であることを示すことができます。

例2 働く場面でサポート

日用品を扱う商店やスーパーマーケット、交通機関、金融機関などの利用者の中には認知症の方もいます。支払いの計算ができなかったり、どこに行こうとしていたのかわからなくなって困っていたりする方が見られることがあります。急がせずに、認知症の方のペースで対応できると、認知症の方も買い物や外出を楽しむことができます。

●認知症サポーター養成講座を開催

キャラバンメイト（認知症に関する講習を受けた指導者）が地域や事業所、学校などに出向いて、認知症サポーター養成講座を開催しています。

☑小学生以上の5人以上の団体

☑認知症の基礎知識やサポーターとしてできることなどを学びます。講話のほか、寸劇や紙芝居を使うこともあります。

☑介護保険課へ直接または電話でお申し込みください。

認知症安心ガイド

認知症の相談ができる医療機関や社会資源などをまとめたパンフレットを作成しました。認知症の方ができる限り住み慣れた自宅で暮らし続けるための情報を記載しています。



配布場所／介護保険課、各支所、生涯学習センター、鈴木図書館、地域包括支援センター、医療機関など

認知症に関する相談窓口

介護保険課の他に、地区別で相談に応じています。

西・東地区の方 ▶ 地域包括支援センター（西幼稚園北側）☎995-1288

深良・富岡・須山地区の方 ▶ 北部地域包括支援センター（福祉保健会館2階）☎930-5800

地区サロン～地域の高齢者の交流の場～

高齢者の方が、要介護状態になることを予防し、健康的な生活が送れるようにするための交流の場です。

掲載しているサロンは、社会福祉協議会などが講師の派遣などの支援を行っています。未掲載のサロン

があれば、介護保険課へご連絡ください。また、地区サロンなどで活躍するボランティアの方を随時募集しています。

☎社会福祉協議会 992-5750

介護保険課 995-1821

サロン名	とき	ところ	対象
佐野若狭区ふれあい塾	第4(金) 10時～12時	佐野一集会所	区民
西地区たのしみサロン	第1(火) 10時～11時30分	福祉センター あじさいホール(西幼稚園北)	市民
桃園区ふれあいサロン	月1回(不定期) 13時～15時	個人宅	区民
南地区たのしみサロン	第3(木) 10時～11時30分	南小学校	市民
南町区ふれあいサロン	第4(木) 10時～11時30分	南町区公民館	区民
緑町区陽だまり会	第3(水) 10時～11時30分	東西公民館	区民
富士見台区いきいきサロン	第1(金) 10時～11時30分	富士見台公民館	区民
公文名5区ふれあいサロン	第3(水) 9時30分～12時	公文名5区公民館	区民
青葉台区ふれあいサロン	毎週(月) 10時～15時	青葉台公民館	区民
和泉区ふれあい井戸端	第4(火) 10時～11時30分	和泉区ふれあいの家	区民
中丸区ふれあいサロン	第3(水) 13時30分～15時	中丸上公民館	区民
中丸下区ふれあいサロン	第2・4(月) 13時～15時	個人宅	区民
中丸下区ひだまりサロン	第4(木) 10時～11時30分	中丸下区公民館	区民
天理町区ふれあいサロン	毎月1回(10日前後) 10時～11時30分	天理教信者会館	区民
東地区ふれあいサロン	第1(水) 10時～11時30分	東地区コミュニティセンター	市民
平松地区ふれあいサロン	第3(土) 10時～11時30分	平松公民館	区民
ふれあい塾本村下	第4(木) 13時～15時	平松本村下公民館	区民
鈴原区ふれあいサロン	第1(火) 10時～12時	鈴原公民館	区民
深良地区サロンコスモス会	第1(金) 13時30分～15時30分	深良コミュニティセンター	市民
和市府れあいクラブ	第2(月) 13時～14時30分	和市集会所	区民
いきいき健康サロン千福が丘	毎月1回(20日前後) 13時30分～15時30分	千福が丘町内会館	市民
呼子地区ふれあいサロン	第1(木) 10時～11時30分	呼子公民館	市民
千福南区ふれあいサロン	年2回程度 10時～17時	集会場	区民
富岡地区サロン花の会	第1(月) 13時30分～15時30分	富岡コミュニティセンター	市民
須山ごんべっこの会	第2(木) 13時30分～15時	須山地区研修センター	市民
須山地区いってみよう会 (十里木地区)	第1・3(木) 10時30分～11時30分	富士急別荘地管理事務所	区民