

みやま市では、認知症の人やその家族が「住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けることができるまち」をめざして、認知症の正しい理解の促進や、早期発見・早期対応ができる環境づくりなど、さまざまな取り組みを進めています。

認知症の人を、地域で支える

問 地域包括支援センター (TEL 64・1516)

” 認知症を知る ”

認 知症はさまざまな原因で脳の働きに不具合が生じ、今までできていたことができなくなり、日常生活に支障が出ている状態で、単なるもの忘れとは違います。

▼ 老化と認知症の「もの忘れ」の違い

老化	認知症
経験したことの一部を忘れていく	経験したことの全部を忘れていく
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人や誰なのか分からない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたこと自体を忘れていく
約束をうっかり忘れてしまう	約束したこと自体を忘れていく

認知症などについて何かお困りの事がありましたら、一人で抱え込まずに市地域包括支援センターにお気軽に相談ください。

■ 認知症には2つの症状

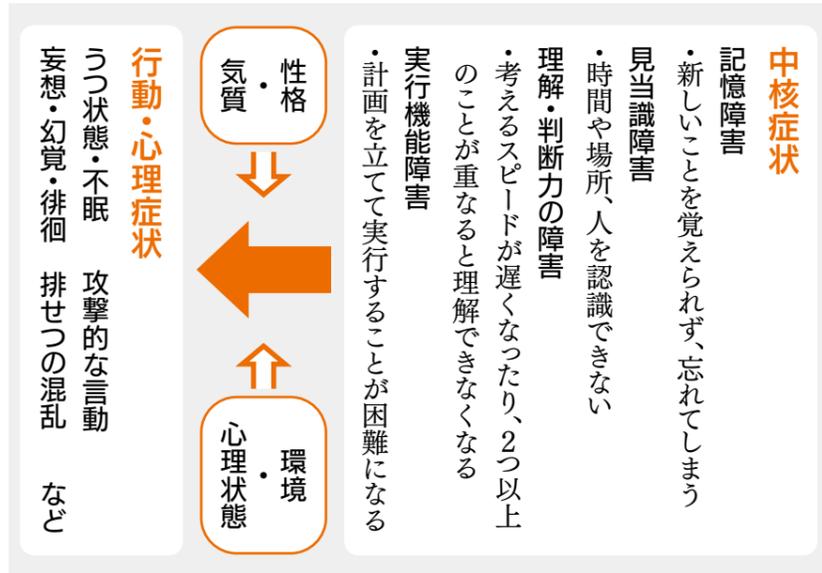
認知症の症状には、脳の病気などにより脳の働きが低下して起こる「**中核症状**」と、心理状態やその人の性格、環境によって起こる「**行動・心理症状**」があります。(下図)

中核症状は改善することが難しいですが、行動・心理症状は周りの理解や手助けで改善できることもあります。

■ 重要となる地域の支え

認知症の人には、医療・介護の専門的な支援が必要ですが、身近な地域の人たちの見守りや手助けがあれば、認知症であっても住み慣れた地域で安心して暮らすこともできます。

病気を正しく理解し、温かく見守る応援者(サポーター)を増やしていくことが重要です。



” 地域で支える取り組み ”

■ 認知症サポーター養成講座

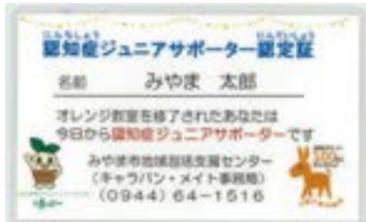
認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を支え見守る「認知症サポーター」の養成講座を開催しています。みやま市には、養成講座を受講し、認知症の基本的な知識や接し方などを学んだ認知症サポーターが4419人います(令和4年12月現在)。

また、小学生、中学生向けの認知症サポーター養成講座「オレンジ教室」も実施しています。今年度は、293人の認知症ジュニアサポーター(小学生256人、中学生37人)が誕生しました。

認知症サポーター養成講座の開催申し込みは随時受け付けています。詳しくは地域包括支援センターに問い合わせください。



▲ オレンジ教室の様子



▲ 受講者に交付する認定証

オレンジ教室受講者の声

- ▶ 認知症ジュニアサポーターとして、認知症の人に優しく接したいと思いました。
- ▶ 認知症の人一人一人の人間で、そこにはちゃんと心があることを改めて感じました。認知症の人の身近にいる人は、叱ったり離れていったりするのではなく、優しく寄り添うことが大切だと思いました。
- ▶ 認知症の人には、家族や周りの人のサポートが大切だと思います。困った時にはみんなで助け合えるような安心して暮らせるまちを作っていきたいです。

■ キャラバン・メイト

「キャラバン・メイト」とは、認知症サポーター養成講座を開催するボランティア講師です。学校や職場などで開催している認知症サポーター養成講座で、講師やグループワーク時の進行役などを担っています。みやま市では、現在、35人のキャラバン・メイトがお揃いの紺色のTシャツを着て活動しています。

■ 認知症カフェ

認知症の人や、その家族、地域の人誰もが集える交流の場です。認知症について学んだり、相談したりできます。みやま市には3か所の認知症カフェがあります。

▶ **カフェよりえの森**
 場 ルフラン(旧山川南部小学校)
 日 毎月第2金曜。午後1時30分～3時

▶ **オレンジ・サポート・カフェ「みやま」**
 場 訪問看護ステーションみやま
 日 毎月第3金曜。午後1時30分～3時

▶ **えきまえカフェ仔鹿**
 場 常照苑サンシャイン
 日 毎月第2火曜。午後2時～4時

場 … 場所 日 … 日時