

# 認知症とともに

# 自分らしく暮らすために

ー広がっていますー 地域の支え合いー

問合せ 地域包括ケア推進課  
☎98332689

## 認知症は身近に

2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると推計されており、近年、認知症は多くの人のとって身近なものとなっています。

しかし、認知症になってもすべての記憶が一度に失われるのではなく、家事や趣味などその人がこれまでの生活で続けてきたこと、得意なことや楽しんできたことは覚えており、変わらず続けている人もいます。また、「できること」を生かし役割を持って生活することは、認知症の進行を遅らせることにも繋がるといわれています。

認知症は誰にでも起こりうる病気です。認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らすために、身近な人が認知症の方やその家族の声を傾け、ほんの少しでも手を差しのべることが大切です。

## 支える人を育てる

市は、希望する団体に対し、キャラバン・メイトが講師となる「認知症サポーター養成講座」を開催するほか、さらに一歩進んだ内容を学ぶ「ステップアップ講座」を開催するなど、認知症サポーターの養成に取り組んでいます。

三島に約9千人いるサポーターの一員になりませんか

身近に認知症の方がいない方にも、認知症を身近に感じてもらいたいです。

サポーターの仲間をつくりたいと思っています。

キャラバン・メイト(講師)の佐藤さん

▲キャラバン・メイト(講師)の三枝さん

## 支える取組みを進める

認知症サポーターの養成をはじめとし、市では、認知症の人やその家族を地域全体で支えられるよう、認知症があってもなくても同じ社会で自分らしく暮らせるよう、ともに支え合う三島の実現に向けたさまざまな取組みを進めています。

## 認知症サポーターとは

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守る応援者。認知症の人への声掛けや手助けなど、活動内容はさまざまです。

# 知ってもらうために

## オレンジ色とロバを見たら思い出してください

世界アルツハイマー月間の9月には、市内にある高齢者暮らし相談室「街中ほっとサロン」を、認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色に飾りました。また、認知症サポーターキャラバンのキャラクター「ロバ隊長」のマスコットを、認知症サポーター、認知症の人とその家族、地域住民がともに作成し、小中学生の認知症サポーターに配るなど、認知症の普及啓発に取り組んでいます。

### 「街中ほっとサロンの装飾」



### 「ロバ隊長作成プロジェクト」



市内に施設を構えるデイサービスセンター「ヴィターレ」の皆さんにもマスコットを作成していただいています。

# 交流のために

## チームオレンジが活躍しています

### チームオレンジとは

ステップアップ講座を受講した認知症サポーターや、認知症の人とその家族、地域住民などがチームを組み、認知症の人や家族が必要としていることに対する活動を一緒に行います。

令和3年4月に市で初めて発足されたチームオレンジ「オレンジとくら」は、徳倉にある「ハーバルケアサポート TOKURA」を交流拠点として活動しています。今後も、市内各地にチームオレンジが立ち上がることが期待されます。

オレンジとくらの皆さん



ピンクのベストで活動中!

ハーバルケアサポート TOKURA での活動



いろいろな思いの糸  
わたんが、支え合って交流しています

私は80歳代で介護認定を受けています。活動をするようになり毎日頭を使うようになりました。初めての80代を楽しんでいます

施設入所中の父にできなかったことをしてあげたい

認知症カフェの開催や認知症カフェでのアロマやハーブを使ったクラフト作成、ハンドトリートメントなどを週に1回ほど行っています。

大切なのは「家族の心の支え」、そして「仲間がいる居場所」

オレンジとくらチームリーダー

鈴木淑子さん

市主催の認知症フェスティバルで「香りで癒す本人と家族」の演題で、認知症ご本人と家族が認知症カフェでハンドトリートメントをするという役割を持ち、新たな生きがいを見つけ、生き生きと暮らす様子をご紹介してから2年半。自然な流れで地域の仲間が集まり、コミュニティが生まれ、地域支援活動に発展しました。

市内でもまだまだ理解されないことが多い認知症の方とご家族の「味方」を増やし、さらに認知症の方にとって「支える家族の心を支える」「分かり合える仲間がいる居場所がある」ことの重要性を、私たちの活動を通して、多くの市民の方を知っていただけたら幸いです。

