

「認知症講習会」を開催しました。

H31.2.16（土）に、「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

昨年度に続き2回目の開催となった今回は、各町内会長や役員を中心に約50名の方にご参加いただきました。ありがとうございました。

講師は、地域包括支援センター「コムネックスみづほ」松井康明さんです。

認知症を理解するにあたり、記憶の仕組みから、「もの忘れ」と「認知症」の違い、認知症の種類、それぞれの対応方法などを、様々な事例を交えて、分かりやすく丁寧に教えていただきました。



認知症を理解するために、バーチャルリアリティによる「認知症の方の見える世界」を体験できる取り組みも進んでいて、認知症の人にはどのように見えているかを疑似体験することができました。幻視の症状によって、存在していない「物」や「人」が見えたり、それが突然消えたりする映像を見て驚きました。

また別の映像では、電車で居眠りして目覚めたら、自分の居場所や乗り換え方法が分からなくなり、不安に陥っているケースを見ました。今が朝なのか夜なのか、春なのか秋なのかなどの時間や季節の感覚が分からなくなることもあるようです。このようなことが自分の身や家族に起きたら…と考えさせられました。

認知症は、高齢期に誰もがなりうる病気のひとつであり、誰もが関わる可能性のある病気のひとつでもあります。2025年には700万人を突破し、65才以上の5人に1人が罹患するといわれています。

今回のサポーター養成講座を受けて、私達ができることは

- ① 認知症について理解し、偏見を持たず、温かい目で見守ること
- ② 他人ごとではなく、「自分たち」のこととして認識をもつこと
- ③ 特別なことをやる訳ではなく、困っている本人や家族、知人などがいれば「気にかける」「声かけする」といったさりげない支援が大切であること



を学びました。また一人で抱え込まず、「助けられ上手」になることも大切ですね。

この木曾川町が誰にとっても住みやすい町となるよう、来年度以降も「認知症サポーター養成講座」を開催し、一人でも多くのサポーターさんを増やしていきたいと思っています。

また来年の11月には木曾川西小学区にお住まいの方を対象に、認知症高齢者への「声かけお助け隊」体験を計画しています。8月に詳細をお知らせする予定ですので、是非ご参加ください。

身近に認知症をはじめ、高齢者の介護、生活全般でお困りごとがありましたら、市の委託事業である包括支援センター・コムネックスみづほ（木曾川地区担当）に相談することができます。一人で悩まず、相談してください。（TEL 86-5333）