包括支援センターの事業紹介



生石地区の『サロン桃山』と『さしももサロン』にて、 介護予防教室を開催しました!運動をするメリットと、 筋肉について理解を深め、自宅でできるストレッチや 筋力トレーニングを実践しました!



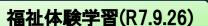
第1回介護保険サービス事業者連絡会及び第2回ケアマネ連絡会(R7.9.22)

「高齢者虐待防止」をテーマに、高齢者虐待の定義や現状、事例を交えて対応方法について研修をしました。



主任ケアマネの会(R7.9.22)

ケアマネージャーによる「シャドーワーク(業務外の仕事)」を議題に、 今後のケアマネ業務のあり方について話し合いました。



味生第二小学校の4年生が、高齢者の身体機能の低下による、不便さや困難さを体験しました!

体験を通して、高齢者が日ごろ感じている思いや大変さを知ることができ、高齢者との 関わり方について理解を深めてもらう機会となりました!









【新人職員の紹介】

保健師: 西中 由紀(ニシナカ ユキ)



7月から地域包括支援センター生石・味生に入職しました西中です。 これまでの経験を活かして、地域のみなさまの思いに寄り添い、安心 して暮らせる地域づくりを担えるよう頑張りますので、よろしくお願い します。

松山市地域包括支援センター生石・味生

ふれあい通信

* R7年10月 発行 第109号 *

近年、高齢化の進展にともない「認知症」を発症する人が増加してきています。 認知症は年齢を重ねるほど発症する率が高まり、令和22年には高齢者の約3人に 1人が認知症、もしくは軽度認知障害になるといわれる身近な『病気』です。 そこで、今回は認知症と包括支援センターの取り組みについてお話しをします。

2024年1月に施行された認知症基本法では、毎年9月を『**認知症月間**』 9月21日を『**認知症の日**』と定めるとともに、『**認知症の人が尊厳や希望を持って暮らすことができるよう認知症施策を計画的に推進し、共生社会の実現を目指す**』とされています。

また、同年 12 月に閣議決定された認知症施策推進基本計画では、広く国民が認知症を自分ごとと考えて、「**新しい認知症観**」に立つことが掲げられています。

●「新しい認知症観」とは?

「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人ひとりが個人としてできることや、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という考え方です。



包括支援センターでは、認知症の方が地域の方と交流できる場所 づくりや、認知症の理解促進につながる啓発など、認知症の方やご 家族が安心して暮らせるまちづくりを目指しています。 次のページからは、センターの活動を紹介します。



認 知 症 関 係 の 活 動 紹 介

包括支援センターでは、9月の『認知症月間』に合わせて、 当センター東側壁面をシンボルカラーであるオレンジ色にライ トアップするなど、様々な活動を行っています。

この機会に、地域のみなさんが認知症への関心を高め、より 一層の理解を深めていただけたらと思います。

ふれあいセンター壁面をライト アップしました。



出張相談実施中

フジ高岡店での出張相談 にあわせて、啓発チラシと キンセンカの種を配布。



松山市役所では、職員 145 人を対象に『認知症サポーター養成講座』を開催しました。







地域の小学校で『認知症サポーター養成講座』を開催し、クイズや寸劇などを交えて認知症について楽しく学んでいただきました。

認知症の方やそのご家族を支援 するチームオレンジの活動とし て、地域内の公園を持ち回って 『全国方言ラジオ体操』を行って います。





包括支援センターでは、認知症の人の視点に立つため、本人や家族、支援者の思いや考えなどを『**当事者の声』**として募集しました。

日ごろ聞けない声をたくさんいただきました。



[本人の声を抜粋]

(A さん)

・普通に接して欲しい。特別な扱いをしないで欲しい。

B さん)

・『認知症=できない人』と思わないでほしい 😥

Cさん)

・忘れないよう頑張っているのにそれでも忘れてしまう

(D さん)

・物忘れはあっても、できることはたくさんあって、人格まで壊れたわけではない ♀

〔家族や支援者の声を抜粋〕

(a さん

・介護は24時間体制。「頑張っているね」と共感してくれるだけで救われます。

(b さん)

・家族がしんどい時、急でもあずかってくれるところがあったらいいなあ。

(c さん)

・公的な窓口やサービスではなく、気軽に何でも話せる場所があると良い。

d さん)

・気軽に悩みを共有できる場所があれば良い。

本人からは「認知症になっても、認知症になる前と変わらない」という声が多くありました。また、ご家族や支援者からは「気楽に相談できる場所や、緊急時の対応をしてくれる所が欲しい」といった意見や、「今後どうなるのだろうか」という、ばく然と不安を訴える声があるなど、ご本人やご家族ともに様々な思いがあることがわかりました。

包括支援センターでは、地域のみなさんが認知症への理解を深め、ご本人やご家族、支援者の方の不安を少しでも解消できるよう支援をしていきます。

包括支援センターでは、認知症サポーター養成講座を随時開催しています。 地域のサロン、学校、企業、団体、友人同士のグループ等でも開催できますので、 ご希望の方は、下記までご連絡下さい。

松山市地域包括支援センター生石・味生〒791-8056 松山市別府町 177-1 味生ふれあいセンター1 階T E L : 9 5 3 - 3 8 8 8 F A X : 9 5 2 - 3 8 9 O