

# 5. 地域でできること

## 1 認知症の人への支援

### 1 1 こころのバリアフリーと「人間杖」が必要です

認知症の人は、自分の障がいを補う「杖」の使い方を覚えることができません。「杖」のつもりでメモを書いてもうまく思い出せず、何のことか分からなくなります。認知症の人を支えるためには、障がいを理解し、さりげなく援助できる「人間杖」が必要です。

地域のあらゆるところに、温かく見守ってくれる人が増えれば、認知症の人でも外出をしやすく、自分でやれることも増えてきます。

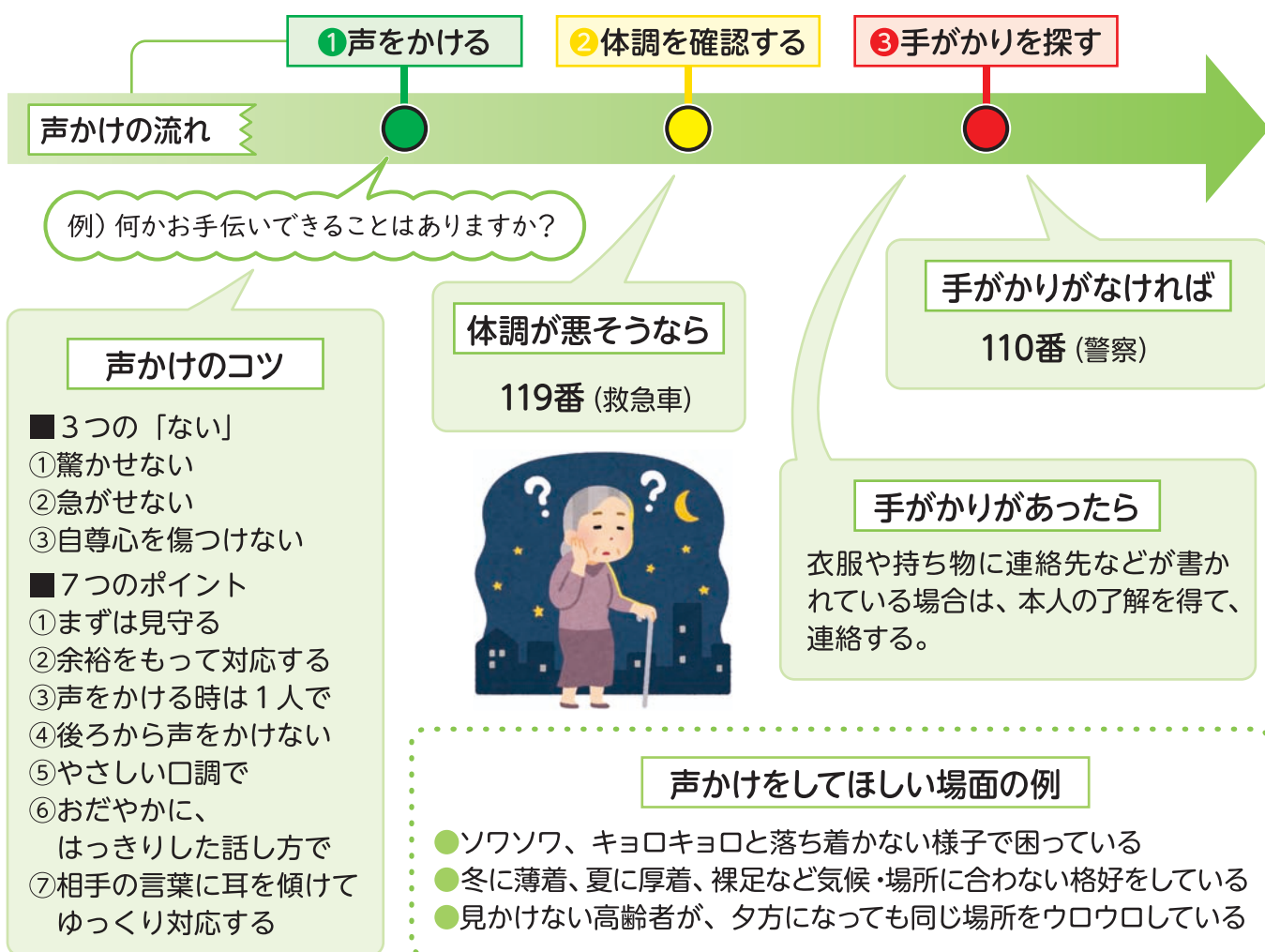
### 2 2 関わる人の心がまえ～さりげなく自然に関わるのが一番～

誰でも自分や家族が認知症になることがあります。

健康な人の心情が様々であるのと同じように、認知症の人の心情も様々です。「認知症の人」がいるのではなく、その人が認知症という病気になっただけです。私たちがすべきことは、認知症の障がいを補いながら、「さりげなく」、「自然に」、それが一番です。



## 2 地域で声かけ ～認知症(疑いを含む)の人が困っている様子が見えたら～



### 3 認知症サポーターになって、できることから始めましょう

ご近所の人や商店街、郵便局、銀行、交番など地域で働く人たちが、認知症について正しく理解し、認知症の人と家族が困った時に手助けをしてくれると、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができます。

#### 1 認知症サポーター養成講座

##### ◆認知症サポーターとは？

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことです。

##### ◆認知症サポーターになるには？

「認知症サポーター養成講座」を受講してください。

- 1時間～1時間半の講義を受講すれば、どなたでもなることができます。
- 養成講座は、市役所や企業、各種団体、小中学校などで行われています。

※お申し込み方法・開催日などは、高齢障がい課高齢者支援係〔電話 03-3430-1251〕にお問い合わせください。



ピンバッジ



オレンジリング

受講された皆さんに、認知症サポーターキャラバンのマスコットである「ロバ隊長」のピンバッジまたはオレンジリングをプレゼントします。これが認知症サポーターの目印です。

#### 2 認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講された皆さまの「認知症についてもっと詳しく学びたい」といった声にお応えして、ステップアップ講座を開催しています。本講座を受講し、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりの応援者として、ぜひできることから始めてみませんか。

#### 【参考】令和3年度に実施した取り組み

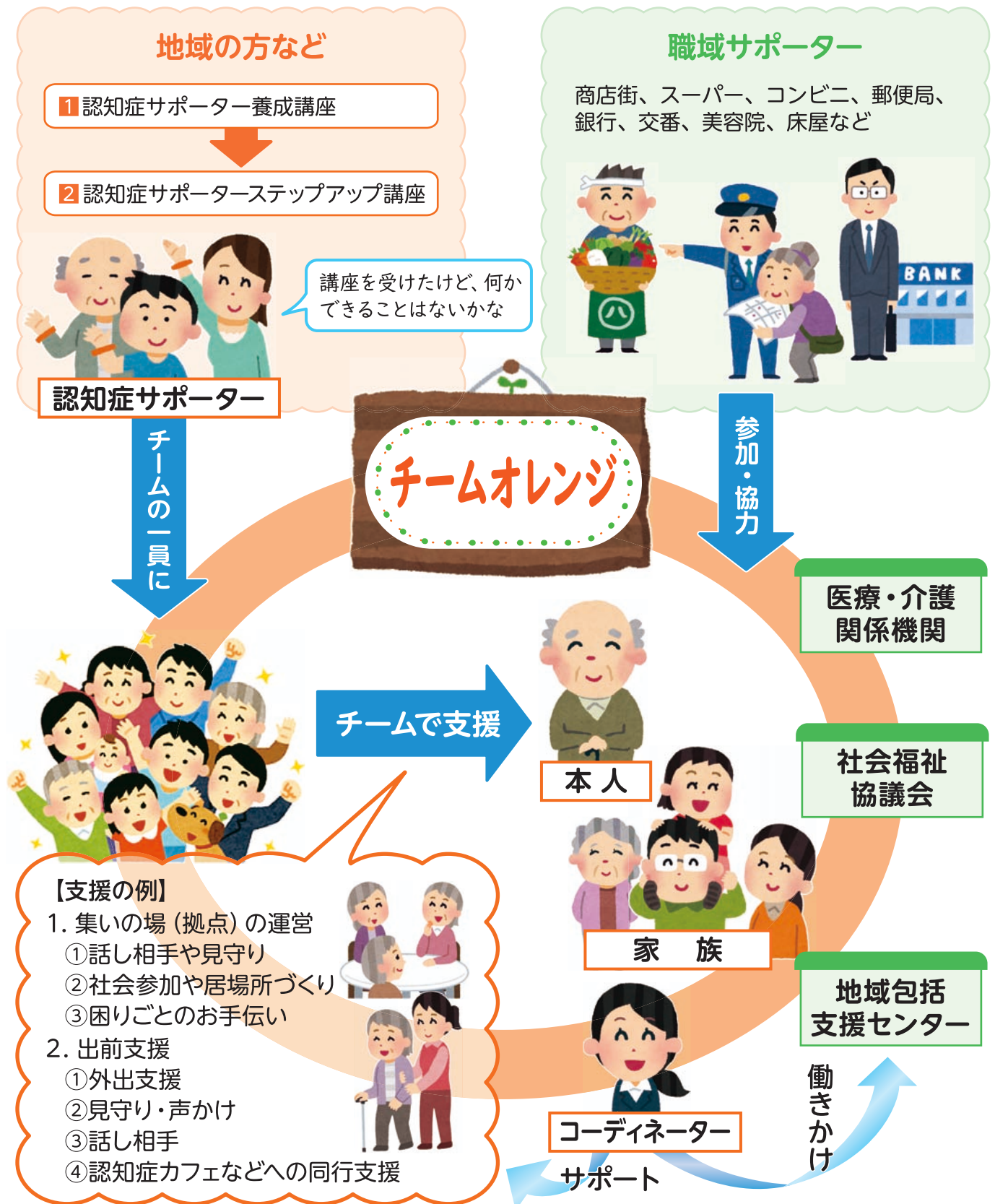
	講義内容	DVD視聴、意見交換テーマ
第1回	1. 認知症の正しい理解 2. 認知症の人とのかかわり方 3. 認知症の人の思い	本人の思いを理解する。
第2回	1. 軽度認知障害（MCI） 2. 認知症発症リスク 3. 介護する家族の思いを理解する	家族の思いを理解する。
第3回	1. 国・東京都の取組 2. 狛江市の取組 3. 認知症サポーターの活動事例	自分にできることを考える。



### 3 チームオレンジ

#### ◆チームオレンジとは？

市町村がコーディネーターを配置し、認知症の人とその家族の身近な生活上の困りごとに対して、地域の認知症サポーター同士がつながり、チームを組んで支援を行う仕組みのことです。全市町村で、2025（令和7）年までに整備することとなっており、狛江市においても準備を進めています。



—チームオレンジのイメージ図—