



認定NPO法人認知症予防ネット神戸

2019年度（第10期）通常総会 開催報告

5月30日（木）18：30より、東灘区民センター8階会議室にて、2019年度（第10期）通常総会を出席者44名（書面表決、委任表決を含む）で開催しました。来賓の「認知症を予防し、明るいまちづくりを推進する 住吉・御影地域の会」代表の高田寛子様より「地域での認知症予防の活動が10年経ち少しずつ地に足がつき、ようやく地域の方々から声がかかるようになってきました。」と、御影中部認知症予防推進委員 車谷満男様から「御影中部の取り組みは、伊藤理事長の尽力でここまでできました。次の3カ年計画も始まり、毎月の集まりにも30～40名が参加する会になっています。」、また東灘区社会福祉協議会 山中章子様から「私たちも、まちづくりと地域での活動という同じ目標に向かっており、一層連携して進めていきたい。」と、ご挨拶いただきました。続いて、平成30年度の事業報告・決算報告、第2次5カ年長期計画案に関する説明後の討議において、神戸では昨年4月から「認知症の人にやさしいまちづくり条例」がスタートし、地域での活動が今後ますます重要になってくる中で、法人の取り組みは大変意義のあるところのご意見や事業計画策定にあたり、医療や介護の専門職と地域・行政を繋ぐネットワーク作りの要としての役割を重点課題として進めていくことを確認致しました。



認知症予防と認知症の人にやさしいまちづくり 講演会

講師 古和 久朋 先生
神戸大学大学院 保健学研究科 教授

テーマ

「認知症の治療と予防はどこまで進んだのか？」

日時: 2019年11月30日（土）
開場 13:30 開演 14:00 終演 16:00

場所: コープこうべ生活文化センター ホール
参加費: 500円 ●定員 300名

認定NPO法人認知症予防ネット神戸

認知症 ケア学会大会 報告



5月25～26日、「認知症という希望」をメインテーマに京都で第20回日本認知症ケア学会大会が行われ、伊藤米美理事長と一緒に参加しました。



認知症カフェや初期集中支援チームの報告では、それぞれの地域に合わせ多様な職種（哲学者、物理学者、町の企業、飲食店など）が関わることで発展しているなど、まちづくりのヒントを学びました。また、本人の「主体性」を尊重したケアをどう実践していくのか？では、「教え込み型からしみ込み型に」「最初のコミュニケーションの取り方がポイント」「支持型精神療法」など学ぶことも多く、当法人の事業活動に役立てたいと感じた学会でした。

理事 稲波

第1回「認知症予防と支え合いのまちづくり」学習・交流会 開催報告



代表 高田寛子さん

2019年6月12日(水)

於：東灘区民センター 8階 第2会議室



昨年12月に開催した永田久美子先生の講演会を機に、講演会テーマを『認知症予防と認知症の人にやさしいまちづくり講演会』と改め、『支え合いのまちづくり』について一緒に考えようと申し出のあった方々など25名のご参加をいただき、学習・交流会を開催しました。

『認知症予防と支え合いのまちづくり』地域推進会議の代表である高田寛子さんより「それぞれの気持ちがつなぎ合って、ご近所がちょっと周りの方を気に掛けるような『やさしいまち』であってほしいとの思いでこの会を立ち上げました。」と、ご挨拶いただきました。

続いて、『認知症の人にやさしいまちづくり条例』がスタートした神戸市で、私たち一人一人が自分たちの地域の事として考えるためにと実施した『認知症予防と支え合いのまちづくりアンケート』結果の中間報告を、神戸大学大学院保健学研究科 熊谷涼子さんから受けました。アンケートでは、『認知症を予防できる・認知症になっても住み続けられるまち』にはどのようなものが必要だと思うか？また、それらはすでにあなたのまちにあるか？について尋ねました。その結果、地域で所属している団体が多いほど、ネットワークで町づくりに取り組んでいる地域ほど認知症に関する情報や居場所・相談相手・相談場所など、必要と思うものが既にあるとの回答率が高いという傾向がみられました。



(出席者コメント)

☆ 認知症になっていないから専門医について、考えることが
なかったと答える人もある。

☆ 専門医・往診医など知らない方も多い。

☆ 地域での支え合いが症状の進行を抑えると聞いたが、
その支え合いとはどんなものだろう？

☆ 居場所参加のきっかけ作りは必要。最初は引っ張り出さない
といけませんが、求めている人は多い。



☆居場所参加は認知症予防になっていると思う。
参加できる場所を知らない人が多い。

☆案内は置いておくだけではだめだ。探している人は自分からでも
見つけるが、出にくい人は誘ってあげないと。

☆楽しい場所だから継続できる。友人も増えて明るくなれた。
もの忘れも治ってきた。

☆地域でどのような活動をしているのが
知らないし、知る方法もわからない。



最後に、高田代表から「ご参加の皆さんがお持ちの体験や、それぞれの会が持つ良さなどを
情報交換しながら今後も居場所を広めていきましょう。」と締めくくられました。

※ 第2回「認知症予防と支え合いのまちづくり」学習・交流会は、10月頃に開催予定です。
まちづくりや居場所づくりについて、興味がある、一緒に考えたい、こんな意見を持って
いるという方々のご参加大歓迎です。開催日程連絡をご希望の方は法人事務局までお知ら
せください。

認知症予防教室 開催中

住吉いきいきクラブ

日時 毎月 第2土曜日
午前10時～12時
場所 野の花サロン
しゃべって歌って体操する
楽しい教室



脳いきいきクラブ

日時 毎月 第4火曜日
午前10時～12時
場所 野の花サロン
脳いきいき5カ条実教室
※秋クラス 10月スタート



脳いきいきステップアップ エクササイズ

日時 毎月 第3金曜日
午後2時～4時
場所 ビュータワー住吉館ギャラリー
誰でも楽しく参加できる
運動と脳活教室



脳リフレッシュ教室

日時 毎月 第1月曜日
午後2時～4時
場所 三宮勤労会館
MCI当事者とご家族のための教室



※お問い合わせは 法人事務所までご連絡ください

「歩こう会」の住吉めぐり

おさんぽあない

明治時代末頃、今の西岡本7丁目一帯にヨーロッパのお城のようなヘルマン邸があったそうです。設計は北野の風見鳥の館と同じドイツ人。現在は跡形もありませんが高台一帯はヘルマンハイツと言う住宅街が広がっています。そこからの見晴らしはお勧めです。



西岡本からのお知らせ「ヘルマン屋敷」より

お知らせ ●●●
「歩こう会」は 毎月 第1木曜日 午前10時より
住吉駅北側1階シア入り口付近集合

ボランティア募集

2019年度 ボランティアを募集しています。
季刊誌ニュース発送・資料準備・「歩こう会」サポートなどのお手伝いをしていただける方は、別紙同封の登録申込書に記入の上、法人事務局ボランティア係まで連絡をお願いします。



ボランティア係 TEL.FAX 078-841-4982

お知らせ

- 10月ステップアップ エクササイズ
日程・会場が変更になります。
10月17日(第3木曜日) 午前10時~12時
詳細は後日お知らせいたしますので、ご注意ください。
- FaceBook と Twitter をはじめました。
投稿記事に「イネ」、フォローをお願いいたします。



FaceBook



Twitter

現在の会員数

2019年4月～6月実績

	正会員	賛助会員
新規加入数	1名	2名
退会数	2名	3名
登録数	63名	124名

寄附金のお願い

高齢化が進み、独居や高齢者夫婦世帯の増加が進んでいる今、益々認知症予防のまちづくりが求められています。私たちは少しでも多くの皆さまに認知症やその予防について、知っていただくことが何よりも大事だと考えています、この輪が少しでも広がるように皆さまのご支援を心よりお願い申し上げます。
※ 認定NPO法人に対する 寄附金への税制優遇処置が受けられます。

編集後記

いよいよ夏到来です。夏号は11月30日 古和先生の講演会のご案内。第1回「認知症予防と支え合いのまちづくり」学習・交流会の開催報告を取り上げました。

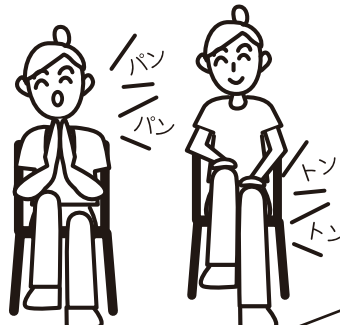
ワンポイント♥レッスン

レッスン⑩ / 「1」と「2」の足踏み♪

◇動きの説明

2回拍手をして、2回ひざタッチ(両手同時)を繰り返します。「2」のリズム 上手にできたら1回拍手、1回ひざタッチもやってみましょう。「1」のリズム 『できるかな?』にもチャレンジしてみてくださいね♪

※水分補給はこまめに必ずしてください。



1・2

3・4

できるかな? ☺

歌を歌いながら「2」のリズムを2回、「1」のリズムを4回、交互に繰り返します。

足踏みは休まず 同じリズムで♪

足踏みが困難な場合は かかと落としでもOK♪