

# いつまでもいきいき暮らすために

## 脳いきいきクラブ インストラクター養成講座 報告

■日 時：2015年11月27日（金）10時～16時

東神戸互助組合

■会 場：東神戸薬局3階会議室 ■受講者：21名

事務局 藤本 宣昭

■講 師：認定NPO法人 認知症予防ネット神戸 伊藤 米美／稲波 悦子／松井 左知子

●テーマ「認知症について」講義 伊藤 米美  
「脳いきいきクラブの実際」

今回の受講者は21名。昨年度に続き2回目なので受講者は減少したが、意欲的な方が多く見受けられた。定年になり現役を引退、元・教師で地域貢献をしたい、家族が認知症、新たな事を勉強してみたい、介護施設に勤務していたが退職した、などなど様々な動機の方々が一堂に会した。雰囲気から察するにインストラクターを目指している方、また適任者の方も何人かおられた感じがした。そういう方は積極的に質問・発言をして、他の受講者の共感も得られて、会場が一体感に包まれた場面も何度かあった。

脳いきいきクラブの実演での『サイコロゲーム』では2チームに分かれて勝敗を競い、みんな真剣に取り組み盛り上がった。

伊藤先生の質疑応答では、ご家族の認知症介護体験談、男性参加者を増やす工夫、地域全体で取り組む意義、必要性など話題は尽きず、あっという間に時間が過ぎていった。また各地域毎に名前、連絡先の交換場面も随所に見られ、これからの地域活性化に一役買って頂けるかもしれないという淡い期待感も胸をよぎった。

今まで知り合わなかった方々との交流も生まれ、仲間増やしに繋がっていく、こういう機会を大切にしたいと感じた。また、半年後を目途に本日の受講者がその後、どのように地域で活躍しているか追跡調査も実施してみたい。



## 「認知症の方との接し方」について

民生児童委員 西田 幹子

11月22日（日）地域の福祉センターで「友愛訪問グループ民生児童委員 交流会」を開催し、認知症予防ネット神戸の伊藤米美氏をお招きし、私たちの活動の中で、認知症と思われる方と話しをする時、どのように接したらいいのか、どうしてさしあげたらいいのかについてお伺いしました。

友愛訪問グループは、民生児童委員と協力し、ひとりぐらし高齢者や高齢者世帯のお宅を訪問し、安否確認や話し相手、福祉相談の活動を行う地域見守り活動をおこなっています。私が所属する住吉北部地区では19人の民生委員と13グループ57人の友愛訪問グ

グループボランティアが活動し、年1回集まり交流会を開催しています。

認知症の高齢者が462万人、予備軍が400万人という現状に驚き、物忘れと認知症の違いの説明ではわが身に置き換えて聞き入ってしまいました。また、早期発見で予防が可能な場合があるのに（安心院プロジェクト）、おやっと思ってから受診するまでに数年のブランクがあるという現実を知りました。

認知症の方の気持ちや支援、寄り添い方のコツを学び、支援をさりげなく出来るよう、少しでも支えになれるよう、改めて思いました。