

助成金について

「ひょうごボランティア基金・地域づくり活動NPO事業助成金」による事業について

ミニ講座

「コロナ禍での認知症予防の進め方」

長期の自粛生活で運動能力が低下し、転倒骨折する人や意欲が低下し、もの忘れに悩む人が増えています。コロナの時代の今、認知症とコロナ感染症の2つの予防の進め方を、一緒に考えてみませんか？



- ミニ講座 (1) / 2021年10月15日(金) 10:00~11:45 東灘区文化センター
ミニ講座 (2) / 2021年10月16日(土) 14:00~16:00 ふきあいの郷
ミニ講座 (3) / 2021年11月12日(金) 14:00~16:00 御影山手自治会館
ミニ講座 (4) / 2021年11月27日(土) 14:00~16:30 長田区文化センター 3F 講習室 3

サポーター養成講座

長期の自粛生活で、今後への不安やもの忘れに悩む人が増えています。インストラクター養成講座は、地域の住民同士で取り組む認知症予防教室「脳いきいきクラブ」の推進役を養成する講座です。

2021年12月17日(金) 10:00~15:30 東灘区文化センター 8階 会議室1 参加定員: 20人 参加費: 1,000円(当日徴収します)

- 第1講座 脳いきいきクラブ推進のための講座 10:00~12:00
第2講座 脳いきいきクラブ推進のための実習体験 13:00~15:30

1月講演会

認知症予防と認知症の人にやさしいまちづくり講演会

令和3年度アンケート結果

「新型コロナウイルスによる長期の自粛が、高齢者の健康にどのような影響を及ぼしたのか?」 ~認知症予防・フレイル予防のとり組み方を学ぶ~

講師 古和久朋先生

神戸大学大学院保健学研究科教授

日時 2022年1月30日(日) 開場:9時30分 開演:10時00分 終演:11時45分

場所 灘区文化センター 神戸市灘区深田町4丁目1番39号(メイン六甲Aビル4・5階) TEL: 078-841-1711

参加費 500円 定員 100名

居場所交流会

みなさんとワイワイ楽しく交流の場を持ちたいと思います。

- <内容>
・「感染予防と介護・認知症予防に繋がるまちづくり」をどう進めるか
・各団体の活動や地域の現状・課題について
・新しい活動の進め方、地域の繋がり方、協働のあり方 など

2021年2月中旬開催予定!!

詳細は、次回新年号にてお知らせいたします。



賛助会員(団体)様紹介コーナー

高取台サンハイツ管理組合法人

集合住宅で行う見守り活動

認知症者との共生を目指すも茨の道

マンション内の庭園で「あなたでしょう! 大事な花を折ったのは」と大きな声が響く。また、近くのスーパー売場で「みかんをポケットに入れたらダメでしょう! レジでお金を払わなあ」と叱責する買物の人。私達が高齢者見守り活動を進める「認知症見守り対象者」その人であった。

築47年のマンション、65歳以上の高齢化率は50%を超え、独居者、老々世帯が増加する中で、過去の教訓から、(1)「孤独死」を出さない (2)健康寿命を伸ばし楽しめる人生を構築する (3)認知症予防を促進し、認知症者と「共生」出来る住環境をつくる等、「自助努力」を進める「高齢者見守り活動推進委員会」を立ち上げた。長期にわたり高齢化対策をどのようにすすめるかを模索してきた努力が、排他的といわれるマンション(集合住宅)で実現の運びとなった。

具体的な取り組み内容は、(1)見守り対象高齢者居宅を毎朝「安否確認」に訪問 (2)訪問時の「小さな気付き」を見逃さず、異常発見に努める (3)認知症は「公表」し、住民ぐるみの見守りを行い、慣れ親しんだ自宅を「終の棲家」とする (4)家族緊急連絡簿の整備と活動委員の「守秘義務誓約書」の提出を行い、住民(家族)との信頼関係を構築する。

見守り対象者は現在10名以上にもなり、「小さな発見で命を救う」活動実績が数多く挙げられている。遠く離れた家族との連携もとられ、マンションでは無くてはならない活動組織となり、住民や別居家族が寄せる信頼は厚くなっている。

限られた誌面だけでは活動内容のすべてを伝えることができなくて残念だが、今後、各地で認知症予防・発症後の取り組みの経験交流を望みたい。

高齢者見守り活動推進委員会委員長 日置 一夫



運営する農園、農作業(五感を刺激)に参加 認知症予防を実施



健康問題勉強会(月1回開催)

住吉本町フレイル予防月間 介護の日イベント

住吉本町フレイル予防月間 介護の日イベント
クイズラリー de フレイル予防
開催日時 11月11日(木) 10時~14時 雨天中止
参加方法 参加用紙を手に入れよう!
ルール 1.1~5のコースから参加コースを選ぼう! 2.各ポイントにあるクイズに挑戦!! 3.クイズをすべて解くとある賞品が... 4.「賞品」が分かったら、指定の場所で参加券をGET!

住吉本町ウォーク
クイズラリー de 介護予防
2021年 11月11日(木)
10時~14時 雨天中止

