

地域の力 見守りのこころ

認知症の方を地域で見守る

「認知症サポーター養成講座のご案内」

認知症サポーターは

「なにか」特別なことをする人ではありません。

○認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。認知症の人への「応援者」なのです。

地域で認知症の人が困っている様子が見えたら・・・

「お手伝いすることがありますか？」と一声かけてください。

○たとえ、具体的な援助はできなくても理解者であることを示すことができます。

神崎・舟入・江波学区は下記の表の通り、約4～5人に1人は高齢者という、広島市内でも高齢化率の高い地域です。

私たちは、地域の子どもから大人まで認知症についての正しい知識を広め、認知症の人やその家族を温かく見守り、助け合うことの大切さを伝えていきたいと考えています。

小学校区	人口	高齢者数(高齢化率)
神崎	11,196人	1,968人(17.9%)
舟入	13,498人	2,892人(21.4%)
江波	11,173人	2,870人(25.4%)

広島市資料より



オレンジリングは、「認知症の人や家族を温かく見守る」認知症サポーターの証です。認知症サポーター養成講座修了者にお渡ししています。



広島市江波地域包括支援センターは、地域の皆さんや関係機関とネットワークを構築し住民の皆様と一緒に地域を支えていきたいと思っています。

地域包括がいく!!

作者：山田 奈穂
ブログ：<http://naho2007.blog89.fc2.com/>



☆問い合わせ先☆ お気軽にお問い合わせください

広島市江波地域包括支援センター

TEL: 296-4833

受付時間：月曜日から金曜日の9:00～18:00
※ただし、土・日・祝は必要に応じて対応します。

訪問に出て不在のことがあります。来所の際にはお電話でご確認ください。



神崎・舟入・江波学区にお住まいの皆さまへ

江波地域包括支援センターだより

編集：社会福祉法人 福祉広医会 広島市江波地域包括支援センター
広島市中区江波西2丁目14-8 TEL:296-4833 FAX:296-4818
ホームページ：<http://bit.ly/yuuuyu>(活動報告もご覧下さい)

2012年10月発行
第12号

地域包括支援センターは、地域の福祉や介護の相談窓口です。

広島市から委託を受け、神崎・舟入・江波学区の担当をしています。

「介護保険のことを聞いてみたい」「ご近所のお年寄りの様子が心配」など介護予防の支援をはじめ、介護や保健・医療・福祉などの相談に応じます。住み慣れた地域で安心して暮らせるよう支援します。

地域で認知症の方を支える！

認知症サポーター養成講座のご紹介

一人では自立した生活を送ることが難しい認知症高齢者が、最近10年間で倍増し305万人に達したことが、厚生労働省の推計で明らかになりました。2020年には410万人まで増加、2025年には470万人に達すると予測しています。また、2010年9月末時点の認知症高齢者の居場所では「在宅」が140万人で最多となっています。

私たちが地域の認知症の方を支える方法の一つとして...

認知症サポーター養成講座があります。

認知症サポーターは、「なにか」特別なことをする人ではありません。

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。認知症の人への「応援者」になります。

江波中学校区でも、江波小学校・広島銀行・ふないり鍼灸整骨院 民生委員・町内会などが講座を受講されています。

講座は1回のみで、1時間半程度です。費用はかかりません。

ぜひ講座を受講してみたいと思われる地域の方、団体等がありましたら、ご連絡ください。

4～5人のご近所さん同士でもかまいませんよ。

【問い合わせ先】

広島市江波地域包括支援センター(担当：網本)

☎082-296-4833



劇も取り入れて解りやすくします




江波小学校での講座の様子


江波地域包括支援センターの事業 に出掛けませんか?

お問い合わせ ☎296-4833

自宅に閉じこもり気味の方、体力・脚力が弱ってきたと感じる方、介護サービスについて知りたい方、認知症予防に興味ある方などなどご近所の方お誘いあって、是非お越しください。見学も歓迎です。

悠悠タウン江波(地域交流センター)

気晴らし会	【日時】第4月曜日 13:00~15:00 【内容】低栄養と閉じこもりを予防するための学習会 【対象】学区の65歳以上の方 【費用】材料費など実費	
	10月22日 学習会・献立作り	
	11月26日 調理実習	
	12月10日 忘年会	
参加者の声:「会に参加すると、ふれあいがあって元気をもらいます。健康のことを学べたり、皆で調理ができて楽しくリフレッシュできます。」		


だんらん会	【日時】第3金曜日 10:00~11:30 【内容】健康体操 【対象】学区の65歳以上の方 【費用】無料		
	10月19日 11月16日 12月21日		
	参加者の声:「中村先生の体操は、楽しく気軽にできるので、いつも参加しています。頭の体操もあり、良い刺激になります。」		

将棋	【日時】第2金曜日 10:00~12:00 【対象】将棋相手を探されている方。「我こそは!」と挑戦されたい方。将棋を通して地域の方と交流しませんか?
	10月12日 11月9日 12月14日


縁側の時間	【日時】毎週土曜日 10:00~12:00 【内容】どんな方でも集まれる自由な空間です。老若男女問いません。手芸、将棋、おしゃべりなど自分のペースで好きな事をして頂いています。
	10月6日 10月13日 10月20日
	10月27日 11月3日(お休み) 11月10日
	11月17日 11月24日 12月1日
	12月8日 12月15日 12月22日

福祉用具	【内容】1階に一年間を通じて福祉用具の展示を行なっています。購入もできます。舟入公民館にも展示コーナーがありますので、ご参考ください。 10-12月 / 住宅改修 1-3月 / 排泄に関する用品
------	--


江波東集会所

悠悠塾	【日時】第2水曜日 13:00~15:00 【内容】認知症予防、簡単なゲームや脳の体操を行います 【対象】学区の65歳以上の方 【費用】材料費など実費	
	10月10日 お口の健康アップ教室	
	11月14日 手先を使って脳を活性化しよう!	
	12月12日 忘年会	
参加者の声:「月に1回、皆と集まっておしゃべりするのが楽しみです。認知症予防のためこれからも参加したいです。」		

舟入地域交流センター (唯信寺1階)


ほのぼの相談所	【舟入地区社会福祉協議会】 毎週火曜日・金曜日 10:00~12:00 子育てから介護など福祉や行政に関する相談を行っています。 第3金曜日 10:00~12:00は「赤ちゃんひろば(オープンスペース)」	
	【日時】第4金曜日 10:00~11:30 【内容】介護予防体操(転倒しない体づくり) 【対象】学区の65歳以上の方 【費用】無料	
	10月26日 11月30日 12月28日	
	【日時】第4火曜日 10:00~12:00 【内容】がん・病気や介護についての悩みごと相談 無料・秘密厳守 【相談員】沖田 清美(元日赤訪問看護師/介護支援専門員)	
	10月23日 11月27日 12月25日	

舟入公民館


いきいき倶楽部	【日時】第2水曜日 13:00~15:00 【内容】介護予防学習会/健康を維持するために知っておきたい知識 【対象】学区の65歳以上の方 【費用】無料	
	10月11日 調理実習(11:00~13:00)	
	11月8日 健康体操教室	
	12月13日 認知症について(予防と治療)	
参加者の声:「介護予防の知識が身に付いて、生活の中で役立てています。今年から始まった調理実習が楽しいです。」		

縁側の時間	【日時】第3月曜日 10:00~12:00 【内容】どんな方でも集まれる自由な空間です。老若男女問いません。手芸、将棋、おしゃべりなど自分のペースで好きな事をして頂いています。
	10月15日 11月19日 12月17日
	参加者の声:「縁側の時間に行くまでは、閉じこもりがちになっていましたが、知り合いもでき楽しくすごせるようになりました。気持ちが楽になりました。」

神崎会館

のびのび会	【日時】第4火曜日 10:00~12:00 【内容】介護予防体操/出張相談窓口 【対象】神崎学区の65歳以上の方 【費用】無料	
	10月23日 11月27日 12月25日	
	参加者の声:「先生の冗談まじりの指導に、笑いの絶えない楽しい時間があつという間に過ぎます。本当に楽しみにしています。」	

神崎ふれあいホール(舟入本町11-4)

のびのび会	【神崎地区社会福祉協議会】 子育てから介護など福祉や行政に関する相談を行っています。 2ヶ月に1回(4・6・8・10・12・2月)に講演会を開催しています。 栄養や熱中症、認知症などをテーマにしていますので、ぜひお越しください。	
	【日時】第2金曜日 10:00~12:00 【内容】がん・病気や介護についての悩みごと相談 無料・秘密厳守 【相談員】沖田 清美(元日赤病院訪問看護師・介護支援専門員)	
	10月12日 11月9日 12月14日	