

守りたい この笑顔

あなたの周りには私たちがいる



毎月第3金曜日にふれあいセンターで開かれる「オレンジカフェ」。和やかな雰囲気の中、参加者の皆さんの笑い声が響きます。

今、日本は、65歳以上の人の割合（高齢化率）が27%を超える「超高齢社会」を迎えており、本市の高齢化率もすでに30%を超えています。そのような中、「近い将来、高齢者の5人に1人になる」と言われる“認知症”。この機会に、認知症を“自分ごと”と捉え、考えてみませんか。

「相手の言葉を肯定し、受け入れることが大切」

「今思えば、物忘れがひどくなったり、日常会話にすれ違いが生じたりしたことが始まりでした。そう振り返るのは、認知症で96歳の父を持つ小川毅一郎さん（吉田）です。「しばらくして夜に近所を徘徊（徘徊）するようになり、地域の人も心配を掛け、トラブルになることもありまし」と当時の苦勞を続けて打ち明けてくれました。

そうした中、小川さんは認知症について知るため、「認知症サポーター養成講座」（Ⅱ次ページで紹介）を受講しました。「認知症の人と接するときは相手の自尊心を傷つけないよう、その人の言葉を肯定してあげ、受け入れること。また『病気だから』と一言で片付けるのではなく、本人の問題として考えてあげることが大切だと学びました。そこでこれからは、認知症に対する正しい接し方を知ることがより必要になってくると考え、私の会社の社員にもサポーター養成講座を受講してもらいました。講座の内容はぜひ

多くの人に知ってもらいたいですね」と認知症の理解への重要性を力強く語ってくれました。

「認知症は受け入れてあげることが大切なんです」と話す小川さん

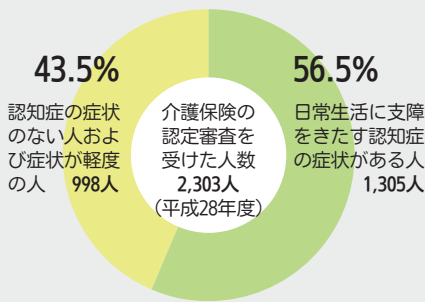


高齢者の5人に1人が認知症？

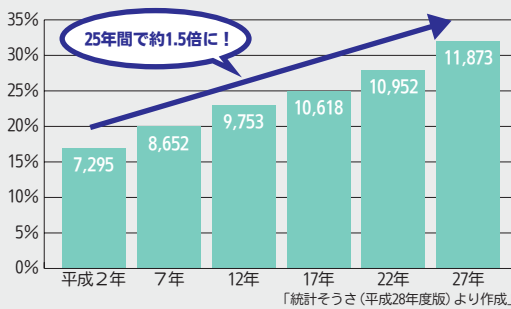
今年7月に厚生労働省が発表したデータによると、日本人の平均寿命は過去最高（女性87・14歳、男性80・98歳）となり、世界で第2位の長寿国になりました。

今月号では、認知症を正しく理解する取り組みや支援について紹介します。

◆介護保険制度からみる認知症の人の割合



◆匝瑳市における高齢化率(総人口のうち65歳以上が占める割合)



こうした中、本市の65歳以上の人口は1万1873人(統計そうさ平成28年度版より)、高齢化率は31・9%(同)で、「超高齢社会」を迎えています。とりわけ28年度に介護保険の認定審査を受けた2303人のうち、「日常生活に

支障をきたす認知症の症状がある人”の割合は全体の半数以上を占める1305人でした。認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞が壊れ、細胞の働きが悪くなるために起こる状態です。認知症の発症率は高齢になるほど高くなり、「近い将来、高齢者の5人に1人がなる」と言われています。

高齢者に対するさまざまな取り組み

市では、高齢者が笑顔で安心して生活ができるよう地域包括支援センター(高齢者支援課内)を中心に、認知症について、その症状などを正しく理解する前出の認知症サポーター養成講座や、高齢者が行方不明になってしまったときに地域と市が連携して早期発見を目指すシステム(高齢者SOSネットワーク)などの取り組みを行っています。

さらに、認知症に関わらず「高齢者が孤立しない地域づくり」を進めるため、「匝瑳市高齢者等見守りネットワーク事業」として、宅配業者など16事業者と協定を結び、一人暮らしの高齢者を見守る活動

広がる“オレンジ”の輪

認知症を支援する人たちのイメージカラー“オレンジ”。オレンジの輪を広げる取り組みの一部を紹介します。

認知症サポーター養成講座

(認知症ジュニアサポーター養成講座)

各種団体の会合や市内小中学校において座学や寸劇などを通じ、認知症の症状などについて正しく理解してもらいます。講座は5人以上のグループで受けることができます。受講時間は約60分です。



認知症サポーター養成講座の様子



八日市場第二中で行われた「劇団オレンジ」による寸劇。コミカルな演技に会場から笑い声があふれる

“サポーターの証” オレンジリング



受講者には、サポーターのイメージカラー“オレンジ”を配した腕輪「オレンジリング」を配布します。

オレンジカフェ(認知症カフェ)

オレンジカフェは、毎月第3金曜日(10時~11時30分)に市民ふれあいセンターで開催されています。

ここでは、認知症を理解するため、地域に住む人、介護に携わる人、認知症のある本人やその家族など、どなたもが気軽に集え、お茶を片手に楽しくおしゃべりができます。



世間話に花を咲かせる小田ミサ子さん(右)と伊藤百子さん(中)はご近所同士。お互いに誘い合ってオレンジカフェに通っています。小田さんは「初めて会う人と話もできるし、体操や歌、踊りもあって楽しいんですよ。次回が待ち遠しいですよ」と笑顔で話してくれました。

おしゃべりだけでなくラジオ体操などの軽運動も行い、身も心もスッキリ

