



認知症の人と接するときの

3つの“ない”

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない

出典：全国キャラバン・メイト連絡協議会
「認知症サポーター養成講座標準教材」

地域全体で誰もが暮らしやすい社会へ

認知症とともに

9月は「認知症理解促進月間」です。認知症は、誰もがなる可能性があり、地域全体で支え合う仕組みが必要です。認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族が安心して暮らせる社会を目指しましょう。

皆さんの理解が必要

認知症は誰もがなる可能性があります。内閣府の「平成29年版高齢社会白書（概要版）」によると、2025年には、65歳以上の認知症高齢者が700万人を超え、5人に1人、20%が認知症になる可能性があるといわれています。

市では、認知症の人やその家族が安心して暮らすことができるよう、地域全体で支え合う仕組みを目指しています。そのためには、地域の皆さんの認知症への正しい理解が必要です。

その人自身に向き合う

認知症の人の中には「伝えたいことがうまく伝えられない」「不安や焦りからイライラしてしまう」など

の気持ちを、自分から伝えることができずに悩んでいる人もいます。

本人の発する言葉や表情態度など、その人自身に目を向けて、向き合ってみてください。「本人の気持ちを受け止める」という心構えが、認知症を理解する第一歩となります。

認知症の人への接し方

認知症の人と接するときには、認知症に伴う認知機能の低下があることを正しく理解し、「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」という3点と、具体的な次の対応を心掛けましょう。

- ① まずは見守る
- ② 余裕を持って対応する
- ③ 声を掛けるときは1人で
- ④ 後ろから声を掛けない
- ⑤ 目線を合わせて優しい口

地域で支え合うため

認知症への理解を 深めよう

認知症サポーター養成講座

認知症の人とその家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」を養成する講座を開催しています。

講座では症状や接し方、家族の気持ちなどについて学びます。なお、講座は5人以上で開催できます。

受講者には、認知症サポーターの証しとして「オレンジリング」(=写真)が渡されます。



開催希望がありましたら、下記までお問い合わせください。

認知症サポーターステップアップ講座

上記の認知症サポーター養成講座で身に付けた知識をさらに深め、より実践的に学ぶための講座です。参加希望者は下記までお申し込みください。

日時…11月30日(火) 13時30分～16時30分
場所…八日市場公民館

対象…市内在住・在勤・在学中で、認知症サポーター養成講座を受講済みであり、今後、認知症カフェなど、認知症の人やその家族に関わる地域活動に参加意欲のある人

内容…●認知症の人とのコミュニケーション実践 ●受講後の活動紹介 など

定員…30人(申し込み順)

認知症予防講座

「認知症は物忘れとどう違うのか」などを説明する専門医の講座と、健康運動指導士による認知症予防体操講座の全2回です。参加希望者は下記までお申し込みください。

日時…①10月8日(金) 10時～11時30分 ②10月29日(金) 10時～11時30分
場所…八日市場公民館

対象…市内在住の40歳以上の人

定員…各回30人(申し込み順)



健康運動指導士の
岩沢妙子氏

申問 高齢者支援課地域包括支援センター

☎73-0033

具体的な対応 7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕を持って対応する
- ③ 声を掛けるときは1人で
- ④ 後ろから声を掛けない
- ⑤ 目線を合わせて優しい口調で話す
- ⑥ 穏やかに、はっきりした話し方で話す
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

出典：全国キャラバン・メイト連絡協議会
「認知症サポーター養成講座標準教材」
※表現を一部変更しています。

— 簡単に認知症チェック —

認知症になると次の症状がみられます。

- 物忘れがひどい
- 時間・場所が分からなくなる
- 不安感が強い
- 判断・理解力が衰える
- 人柄が変わる
- 意欲がなくなる など

市ホームページから認知症チェックサイトが利用できますので、ぜひご活用ください。

※このサイトは、医学的診断をするものではありません。



見守る取り組み

市では、認知症などで行方不明となった人を早期発見・早期対応できるよう、QRコードの付いた「認知症高齢者あんしん見守りシール」を配布しています。シールは、衣服などにアイロンで貼り付けて使えます。シールが付いた衣服を着た人が行方不明になったら、発見者がQRコードを読み取ると、その情報が家族などに瞬時にメールで送信されます。シールが付いた衣服を着て、困っている人を見掛けたら、声掛けをお願いします。

利用希望者は、高齢者支援課(市役所1階)までお問い合わせください。※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標。

問 高齢者支援課地域包括支援センター
☎73-0033