

# ひだまり 認知症地域支援推進員

令和4年5月発行

# Letter

今年度より、秋田市内の全ての地域包括支援センター（18ヶ所）に「認知症地域支援推進員（以下、推進員）」が配置となりました。

## 推進員ってどんな人？

当センターの推進員、草薙真美（くさなぎまなみ）です!!  
昨年度から担当しております。  
皆さま、よろしくお願いいたします☆



推進員は、認知症予防に関する知識を広めるとともに、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができるよう、地域の皆さまのお手伝いをする人です。

## どんな活動をしているの？



### 1 認知症についての勉強会を開催 （認知症サポーター養成講座など）

「認知症の方への接し方を勉強したい!」  
「認知症サポーター養成講座を開いてほしい!」など、ご希望ありましたらぜひお気軽にご相談ください☆

詳しくは裏面を  
ご参照下さい☆



### 2 認知症予防教室の開催 （アタマとカラダの健康教室）

毎年、アタマとカラダを使った体操「コグニサイズ」を実施する教室を行っています。  
今年度は7月から全8回の日程で開催を予定しています☆

参加者は6月頃  
募集開始予定★



### 3 認知症の方の集いの場づくり （認知症カフェなどの立ち上げ・運営支援）

認知症の方とご家族をはじめ、誰でも気軽に集うことができる場に「参加したい」「お手伝いがしてみたいな」そんな方々の支援をしています☆

相談や情報交換を  
してみませんか★



### 4 認知症に関する相談への対応 （認知症に関する困り事に対する支援）

ご本人、ご家族、ケアマネージャーさん、地域の皆さま……困り事を抱え悩んでいる方々からお話を聞き、解決策を探す支援をしています☆

悩みがありましたら  
一度ご連絡を☆





# 認知症サポーター養成講座

当センターでは、「認知症になっても安心して楽しく暮らすことができる地域」を目指し、認知症に関する知識普及のため認知症サポーター養成講座の開催に力を入れています。

## 認知症サポーターとは？

「何か特別なことをする人」というわけではありません☆



認知症について正しい知識をもち、認知症の方やそのご家族を温かく見守る応援者。それが認知症サポーターです。例えば、外出先で困っていきそうな方がいたら「何かお困りですか？」と声を掛けてみる…など、日々の生活の中で自分ができる範囲での活動をしています。

## サポーターになるには？

約90分の認知症サポーター養成講座を受講するとサポーターになることができます。

この講座はご依頼いただければ開催することができますので、ご希望がありましたらぜひお気軽にご相談ください☆

最近ではZoomなどを用いたオンラインでの講座開催も可能になりました。

企業、町内会、お友達同士、職場、学校…皆さまからのお問い合わせをお待ちしております!!

## 講座の内容は？

- 認知症に関する基礎知識
- 認知症の方に対する接し方
- 認知症予防について
- 認知症サポーターができること などなど

講座の内容についてはあらかじめご相談させていただいた上、できるかぎりご希望に沿う形で対応いたします☆

※認知症予防のための講習会ではありません

※原則5名以上の申込で実施、受講者の年齢は問いません。開催・参加費無料です☆



ロバ隊長

ロバ隊長は、認知症サポーターキャラバンのマスコットキャラクターです。認知症サポーターキャラバンの隊長として、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりへの道のりの先頭を歩いています。私たちもロバのように急がず、しかし一歩一歩着実に進んでいきます。



講座を受講すると、オレンジリングとサポーターカードが配布されます◎

## 問い合わせ先

東通地域包括支援センターひだまり  
認知症地域支援推進員：草薨 真美  
くさなぎ まなみ

☎：018-884-1405

✉：hidamari-alve@bird.ocn.ne.jp