

# 地域包括支援センターだより

所在地：長万部町役場内  
 電話：2-2016【内線170】 FAX：2-2931  
 相談時間：8:30～17:15（土日祝、年末年始を除く）

## ☀ 認知症サポーター養成講座を開催しました！ ☀

### 認知症サポーターって？

認知症サポーターとは、認知症について正しい知識と理解をもち、認知症の方や家族に対してできる範囲で手助けをする人のことです。

長万部町では、認知症の方や家族の方が地域で安心して生活できるように各団体向けに講座を開催しています。

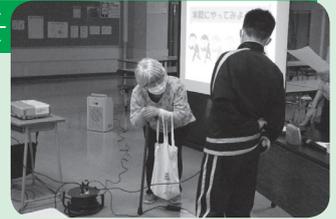
### 小学校・中学校・高砂町内会婦人部で講座を行いました

講座では講話の他にもロールプレイやグループワークを行い、受講者は理解を深めました。

小・中学校ではロールプレイを行い、認知症の方に対する声かけを実践してもらいました。例えば認知症のおばあちゃんが財布をなくして困っている時には「またなくしたの？」を怒るのではなく、「一緒に探そう」と優しく接すると相手は安心することを学びました。

また、町内会ではグループワークを行い、同じ話を繰り返す認知症のご近所さんがいた場合、どのように接すれば良いか話し合ってもらいました。受講者同士で日頃行っている見守り活動での経験を振り返りながら話し合いは進み、相手を頭ごなしに否定するのではなく、まずは話をゆっくり聞くことが安心につながるのではと意見を共有することができました。

認知症の方は何もわからないのではなく、心配で苦しいのは本人です。相手に寄り添った対応を心がけましょう。



声かけを実践しています



受講者にはバッジとカードが配られます

## ☀ 各団体向けに認知症サポーター養成講座を行っています ☀

認知症サポーター養成講座は、学校や町内会、職域向けにも開催できます。

高齢者の見守り活動で役立てたい接客業務に活かしたい等、要望に合わせて講座の内容を検討させていただきます。まずは地域包括支援センターまでご相談ください。

Let's

# わたしとまちの 第一歩

所在地：長万部町社会福祉協議会  
 電話：6-7711  
 時間：8:30～17:15（土日祝、年末年始を除く）

### 雅楽演奏会

「コロナ禍で人に会えず寂しさを感じている方々の心に癒しを」と開催された雅楽演奏会。曲目『ふるさと』に合わせて映し出された昔の長万部の街並みを、みなさんとても懐かしんでいました。



### 秋野菜チャリティーマーケット

町内の方が育てた新鮮な野菜を低価格で提供。お年寄りや一人暮らしの方もお求めやすいよう、手ごろなサイズ・個数に小分けする配慮がされていて、初めてとなる今回ですが大盛況に終わりました。

※売り上げは社会福祉協議会に寄付していただきました



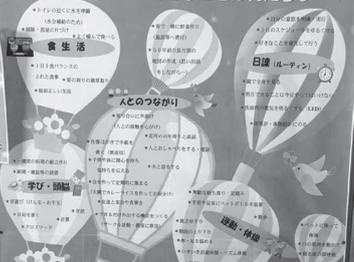
### NEW 庁舎掲示板の記事を紹介！

今回は「介護予防」について考えてみました。〴〵人とのつながり、や運動・体操、に関する事など、このほかにもたくさんあると思います。いつまでも自分らしくいきいきと暮らしていくために、できそうなことから始めてみませんか？

簡単な体操をまとめたチラシも置いてますので、ご自由にお持ち帰りください！

### 生活支援体制整備事業

介護予防として、できることは何だろうか？



おうちでやってみよう！ 「ながら体操」と「お手軽トレーニング」

