

しんまちだよりネットワーク版

府中市では「住み慣れた地域で安心していきいきと暮らせるまちづくり」の実現のため、地域のネットワークづくりを行っています。知っているようで知らない自分が住んでいる地域のことを知り、地域の皆さんがより暮らしやすい地域にするためにどうしたらいいのか、ご自身で取り組めることは何なのか、を考えるきっかけにしていいただければと思います。

認知症になっても安心して暮らせるまちづくり

☆認知症サポーターとは

認知症になると記憶障害、時間や季節の感覚が薄れる、考えるスピードが遅くなる、2つ以上のことが重なるとうまく処理できなくなる、などの症状が現れてきます。でも、認知症は誰にも起こりうる脳の病気によるものです。いつ自分や家族、知り合いが認知症になるかわかりません。

府中市では認知症サポーターの名称を

『さりげない ささえが つくる えがおの輪』から「ささえ隊」としました。

市内包括支援センターで毎月認知症サポーター養成講座を開催しています。今年度はコロナウイルス感染症予防のため、中止となる場合もあります。詳しくは地域包括支援センターまでお問い合わせください。



☆85歳以上の4人に1人に認知症の症状がある

この先、どんどん高齢化が進むにつれ、認知症の方も増えていきます。10年後には85歳以上の3人に1人が認知症になると予想もされています。認知症の人の多くは住み慣れた家に、地域に住んでいます。その方々が長く地域に住み続ける事ができるよう、地域の皆さんの理解・協力が必要です。

☆認知症サポーターのできること

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。認知症という病気を理解し、温かい目で見守ること、また、困っている様子が見えたら「何かお手伝いすることがありますか？」と一声かけてみると、認知症があっても住み慣れた地域で穏やかに暮らすことができます。さらに一歩進んで、自治会や趣味などの集まり、職場など地域でサポートできることを考え取り組むことができるといいですね。

認知症に限らず、高齢者になると生活の色々な場面で支障が出てきます。お互いさまの気持ちで困っている人がいたら声を掛け合える地域になることを願っています。

地域包括支援センターしんまち TEL042-340-5060 FAX042-340-5622

e-mail: sinmachi-kg@t-kenseikai.jp ネットワーク担当 野中