

しんまちだよりネットワーク版

9月17日に新町小学校で5・6年生を対象に「認知症サポーター養成講座」を開催しました。「認知症サポーター養成講座」では、認知症という病気を正しく理解し、どう接していくかを学びます。「不安な気持ちを抱えている認知症の人の気持ちを理解し、支えてあげたい」などの感想がありました。小中学生、企業、地域住民など、対象者に合わせ講座を開催しています。市内の金融機関、企業なども社員教育の一つとして講座を受講し、高齢者の見守りに協力しています。依頼があれば団体への出前講座も承ります。

認知症になっても
安心して暮らせる
まちづくり



☆高齢化が進むと

日本の高齢化率は1950年には4.9%でしたが、昨年、29%を超えました。たった70年の間に、急激に高齢化が進み、2050年には高齢化率は40%になると予想されています。

また、85歳以上の高齢者は3人にひとりが認知症になると言われています。認知症でなくても高齢になると難聴や視力低下により、物事の理解に時間がかかったり、勘違いしてしまうことも増えます。そして高齢者の3人に一人が一人暮らしです。高齢者が「住み慣れた地域で自分らしく生活していく」ためには家族だけではなく、地域の人々の手助けが必要です。

☆無理せず、できるところから

とは言え、「高齢者を支えるって、何をしたらいいの?」と思われる方が多いと思います。まずは、ご近所の様子をさりげなく見守ること、顔を合わせたらあいさつするところから始めてみませんか。そして、困っている様子があったら声をかけて、できる範囲でお手伝いをしてみませんか?



☆高齢者を支えるために。高齢者にもできること。

日本全国、高齢者をどう支えていくか、ということが大きな課題になっています。また、高齢者自身も支えられるだけでなく、役割を持ち地域の担い手になることが求められています。役割があると健康維持につながると言われています。無理は長続きしないので、まずはやれるところから。ボランティアなど積極的にお手伝いしたい方、自分は高齢者だけど何かやれないかと考えている方、健康づくりをしたいと思う方は、地域包括支援センターまでお声がけください。



秋は、敬老の日、9月21日のアルツハイマーデー、11月11日の介護の日、そして11月は府中市の介護予防強化月間と高齢者に関する様々なイベントがあります。今後ますます高齢化が進んでいく中で、高齢者に対する理解を深め寛容になること、日常生活の支援体制を地域の中で作ること、地域の様々な機関や組織が連携していくことの大切さを地域包括支援センターは皆様に伝えていきたいと思ひます。