

講座風景 6月

とよたシニアアカデミー 共通講座 ③

「認知症サポーター養成講座」

日時：令和6年6月11日(火)10:00～11:40

場所：豊田市福祉センター

講師：地域包括支援センター 猿投の楽園

後藤康代氏 田中亜由美氏 小堀友暉氏

第3回目の共通講座は認知症サポーター養成講座です。初めに地域包括支援センター 猿投の楽園の後藤さんから豊田市の超高齢社会の現状についてお話を聞きました。近い将来高齢者の5人に1人は認知症になるという予想に、受講者はとても驚いていました。

認知症にならないようバランスの良い食事、運動、ストレスをためないように生活することが予防につながるというお話に、受講者自身も実践しようと熱心に耳を傾けていました。そして認知症の人への接し方など動画を見て、何が大切かを受講生全員で考えました。

認知症サポーターは何か特別なことをする必要はなく、偏見を持たず認知症の人や家族を温かく見守る応援者として、さりげなく自然に接することが一番の援助だと学びました。

豊田市での取り組みを知り、自分のできることから始めるきっかけとなる講座となりました。



▲左から後藤さん、田中さん、小堀さん



質問コーナー！



○×クイズで意思表示！



スマホで講座をふりかえります



受講生の
ふりかえり

- ・さりげなく自然に、それが一番の援助であり、私にもこれならできると思いました。
- ・こうした知識はもっと若い頃（小学校高学年から中学生）から知っておくべきだと思いました。親と子の共通理解ができていれば、上手く乗り切れる場面も増えると思いました。
- ・実家の母が一人暮らしなので、声掛けの仕方やチェックの仕方など参考になることが多く、ためになりました。サポーターも登録しました。
- ・介護する側の心身がおだやかでないといけないと思いました。また高齢の方から教わることも多いので、謙虚でありたいと思います。
- ・さりげなく自然に家族や友人地域とつながりをもっていきたいが、「お世話を焼く」ことの難しさを考えてしまいます。日頃の「おつきあい」を見直してみようと思います。
- ・認知症サポーターに多くの方が登録しておりビックリ。徘徊高齢者用の見守り安心マークを自治区内に配布できれば、と思いました。
- ・認知症者への接し方について理論上は理解できるが実際の対応となると厳しいと感じる。今は自分自身の身のおきかえ、体力脳力の劣化防止に努めたい。