

認知症 コーナー



認知症にまつわる情報をわかりやすくお伝えするコーナーです。

今回のテーマ 認知症カフェ

認知症になると、本人やその家族は「認知症であることを話したくない」「知られたくない」「失敗が怖い」と悩み、外出を避ける傾向にあります。

認知症カフェは、同じ悩みを持った方々や専門職が集い、お茶やコーヒーを飲みながら気軽に相談できたり、地域の情報収集ができる場所になっています。

カフェによっては、認知症の方がスタッフとなってコーヒーや軽食を提供し、自分の存在意義を再確認できるという一面もあります。

全国的にこの動きは広まっており、恵庭でも開催しています。カフェに参加したい方や、カフェを開きたいなどのご希望ありましたらお問い合わせください。



担当の地区

有明町 大町 文京町 牧場 盤尻
桜森 恵央町 幸町 柏木町 美咲野
桜町 駒場町 白樺町 恵南



編集
発行

恵庭市みなみ地域包括支援センター

たよれーる みなみ ☎(0123)34-8467

〒061-1423 恵庭市柏木町 429 番地 6 (特別養護老人ホーム“恵望園”内)

たよれーる みなみだより

平成29年度
夏号

認知症の方が 暮らしやすい街を目指して



6月21日、柏小学校4年生のみなさんに「認知症サポーター養成教室」を受講していただきました。

児童さんへ「認知症」を正しく理解してもらうために、脳の状態や症状についての講話、おじいちゃんやおばあちゃんに扮した職員による認知症の方の接し方に関する寸劇、代表の児童さんとロールプレイを行いました。



どの児童さんも熱心に聞き入り、身を乗り出して参加していた姿が印象的でした。



今回新たに83名の児童さんに「認知症サポーター＝応援者」になっていただくことができ、心強く感じております。

認知症は誰にでも起こる可能性のある病気です。超高齢化社会をつき進む日本にとって最重要課題の一つとなっています。多くの方が認知症について正しい知識を持ち、支える手立てを知っていれば、認知症の方や家族も地域の中で穏やかに安心して暮らしていくことができます。恵庭市では認知症の方が安心して暮らせるまちを目指し、平成21年に「恵庭市認知症サポート会」を発足させ活動してきました。現在市内には、6000名を超えるサポーターの輪が広がっております。

たよれーるみなみでも、「認知症サポーター養成講座」を随時開催しています。町内会や老人クラブ、企業の方など、興味・関心のある方はお問い合わせください。



新しい職員を紹介します

7月1日より、たよれーる みなみに配属となりました社会福祉士の、井出 賢作^{いで けんさく}です。早くこの仕事に慣れ、地域の皆様が住み慣れた場所で安心して生活していくために、少しでもお役に立てればと思っています。

趣味は旅行、料理、キャンプ、スキーと見かけによらず活動的です。ワンちゃんを2匹飼っていて、毎晩散歩をしながらダイエットをしています。これからよろしくお願いいたします。



気を付けよう!! 熱中症



熱中症は暑さなどにより体温の調整ができなくなる病気です。

熱中症にかかるとめまいや吐き気、だるさなどの症状があり重症になると命にかかわることがあります。熱中症にかかるのがもっとも多いのは**65歳以上**の方です。

○どうして高齢になるほど熱中症にないやすいの？

- ・暑さを感じにくくなる
- ・水分が不足しがち
- ・汗をあまりかかなくなる

○熱中症にならないためには？

- ・涼しい服装をしましょう
- ・扇風機やエアコンなどを上手に使いましょう
- ・しっかり食事をとりましょう、水分もこまめに取りましょう

○熱中症になってしまったら？

熱中症かなと思ったら早目に応急処置をして重症にならないようにしましょう

- ・涼しい場所に移動
- ・衣服をゆるめて体を楽にする
- ・水分を飲ませる
- ・体を冷やす

症状が改善しないときは医療機関を受診しましょう。

暑い夏を健康に過ごしましょう。



地域の見守りで高齢者虐待を防ぎましょう

虐待の種類

- 身体的虐待：殴る、つねる、蹴る、無理やり食事を口に入れる、縛りつける
- 心理的虐待：怒鳴る、ののしる、無視する、侮辱する
- 経済的虐待：生活費を渡さない、本人の意思や利益に反して年金や預貯金を使用する、無断で自宅等を売却する
- 放棄・放任：入浴させずに異臭がする、水分や食事を十分に与えられず脱水や栄養失調状態にある、劣悪な住環境で生活させる
- 性的虐待：排せつの失敗に対して罰として下半身を露出させる、わいせつな行為をする、させる



虐待が起きる背景

虐待者の性格や、虐待者と高齢者のこれまでの関係性、高齢者本人の認知症による言動への混乱だったり、虐待者自身に介護の知識がない、介護によりストレスが溜まり追い詰められている等、様々な要因がからみ合って発生します。特定の人に起こるわけではありません。虐待を「している」「されている」という自覚がない場合も多いです。

虐待の恐れがあるサイン

- ・他人の助言を聞き入れず、不適切な介護方法にこだわる
- ・高齢者の世話や介護に対して拒否的な態度がみられる
- ・介護サービスが必要だがお金をかけようとししない



早期に対応することで、問題の深刻化や長期化を防ぐことができます。

高齢者虐待の早期対応・防止には、介護が必要な高齢者を抱える家族が孤立したり、高齢者が閉じこもってしまわないことが大切です。地域住民同士でも「挨拶」や「ちょっとした声掛け」等、少しの気配りで変化やサインに気づくことができます。

高齢者虐待の相談窓口は、市役所及びたよれーる（地域包括支援センター）となっております。心配だなと思った時にはご相談いただきたいと思います。

地域のみなさんの“見守りの目”のご協力をよろしくお願いいたします。