

認知症サポーター養成講座

まちづくり・しおがま出前講座にて、「認知症サポーター養成講座」を開催しています。認知症を理解して、認知症の人や家族をみまもる認知症サポーターを増やし、安心して暮らせる塩竈へ。講座は約90分、関心のある方はまず、各地域包括支援センターにお問い合わせください。

オレンジリングメイト（認知症家族の集い）

毎月1回開催しています。認知症介護で悩みをかかえた方、過去に認知症介護を経験した方、認知症に関心のある方など、どなたでもご参加いただけます。認知症について一緒にお話しませんか？



はいかい高齢者SOSネットワークシステム

認知症などの高齢者が所在不明になった時、あらかじめ登録した台帳をもとに協力機関（警察署、公共交通機関、タクシー会社、介護サービス事業所など）に連絡し、早期発見につなげます。

認知症高齢者見守りQRコードシール活用事業

徘徊により保護されたときに、自分で名前や住所が言えなくても、衣服や持ち物に貼った専用のQRコードシールを読み取り、身元を判明させ、ご家族と連絡が取れるようにするものです。

気になることがありましたら、下記の地域包括支援センターにご相談ください。

担当センター	西部地区	南部・東部地区	北部1地区	北部2地区	浦戸地区
担当地区	赤坂、泉沢町 大日向町、後楽町 権現堂、栄町 白菊町、袖野田町 玉川1～3丁目 月見ヶ丘、西玉川町 母子沢町、向ヶ丘 清水沢1・2丁目	尾島町、舟入1・2丁目 牛生町、芦畔町 新富町 貞山通1～3丁目 中の島、港町1・2丁目 旭町、石堂、泉ヶ岡 香津町、佐浦町 桜ヶ丘、白萩町、錦町 野田、花立町、南錦町 南町、東玉川町	一森山、今宮町 梅の宮、海岸通 北浜1～4丁目、小松崎 新浜町1～3丁目 長沢町、字長沢、西町 本町、宮町 藤倉1～3丁目 みのが丘	青葉ヶ丘、字石田 字伊保石、字庚塚 千賀の台1～3丁目 楓町1～3丁目 越の浦1・2丁目 字越ノ浦 清水沢3・4丁目 松陽台1～3丁目 杉の入1～4丁目 字杉の入裏	浦戸地区全域
所在地	清水沢1丁目12-2 清水沢「伊ビ」センター内 電話 367-0414 FAX 349-9763	東玉川町8-8 電話 290-7185 FAX 290-7186	北浜4丁目6-52 市民活動センター内 電話 361-3822 FAX 361-3844	杉の入1丁目20-12 電話 362-1911 FAX 362-1912	浦戸野々島字河岸50 浦戸アルセンター内 電話 361-2931 FAX 361-2932
受付時間	8:30～17:30 土・日曜日、祝日除く	8:30～17:30 日曜日除く	8:30～17:15 土・日曜日、祝日除く	8:30～17:30 土・日曜日除く	8:00～16:45 土・日曜日、祝日除く

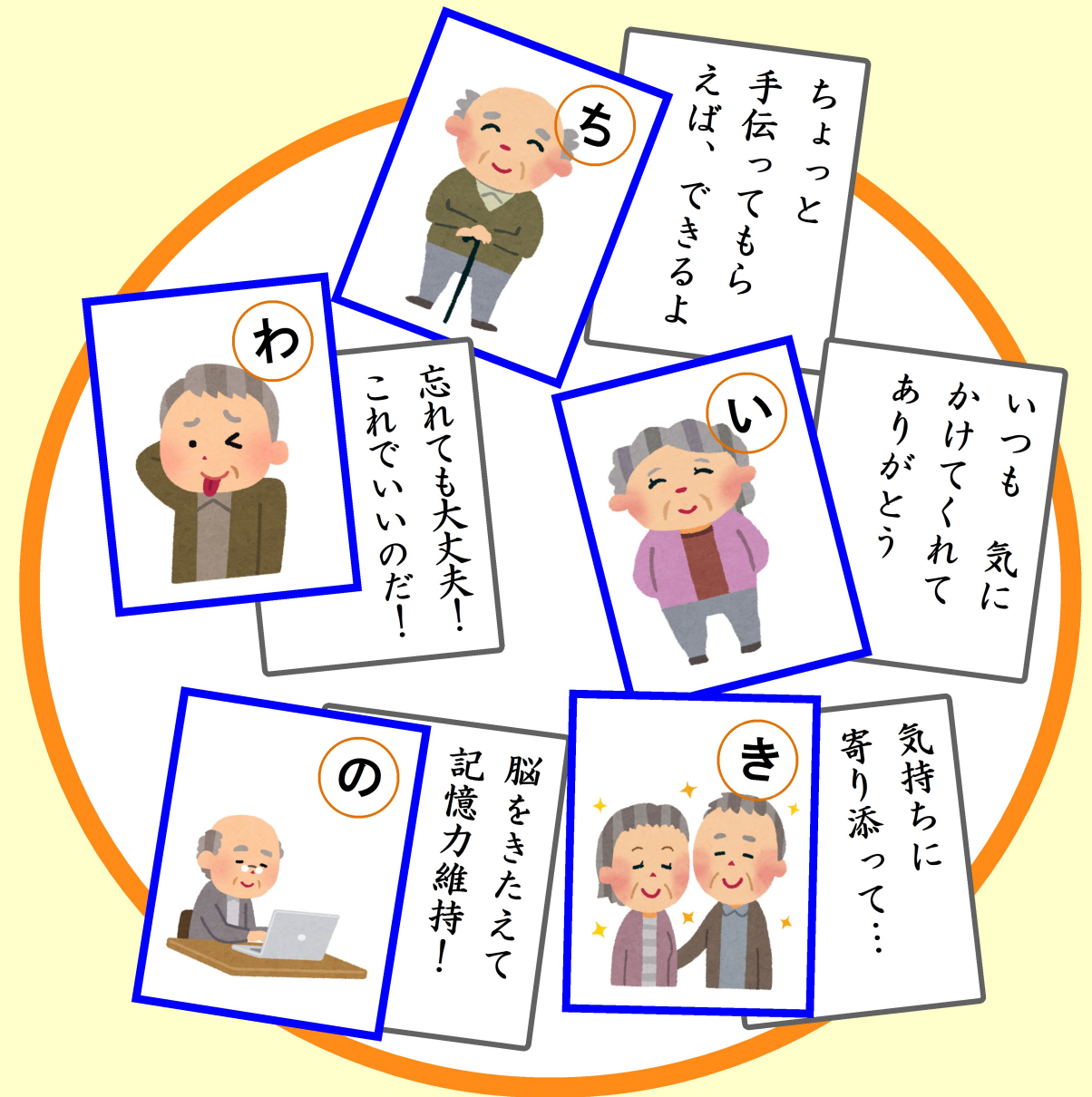
《発行・リーフレットについてのお問い合わせ》

塩竈市 福祉子ども未来部 高齢福祉課 〒985-0052 塩竈市本町1-1（壱番館庁舎1階）

TEL 022-364-1204 <http://www.city.shiogama.miyagi.jp/>

《監修》坂総合クリニック 認知症疾患医療センター

認知症の人の想い 知っていますか？



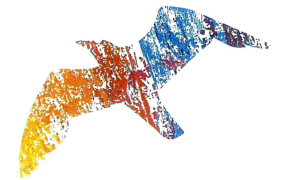
認知症になったら…

認知症になると、何もわからなくなるわけではありません。
 認知症の症状に最初に気づくのは本人です。一番心配して、**苦しみや悲しみ**を感じているのは、本人です。
 また、介護する家族も、戸惑いや不安、ストレスなどを感じ、その感情は変化します。
 本人と介護する家族それぞれの**気持ちを理解**することが、認知症の人と家族を支えるためには、とても大切です。

「認知症とともに生きる希望宣言」は、認知症とともに生きていくために大切なことを、日本各地で認知症とともに暮らす本人、一人ひとりが、体験と思いを言葉にし、それらを寄せ合い、重ね合わせて生まれ、5つのメッセージに編み上げたものです。

認知症とともに生きる希望宣言

1. 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
2. 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
3. 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
4. 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで一緒に歩いていきます。
5. 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを一緒につくっていきます。



(出典：一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ「認知症とともに生きる希望宣言」)

認知症の方を地域でささえるために…

「まずは認知症を知りましょう」

認知症（特にアルツハイマー型認知症）の方は、発せられる言葉より、相手の表情の変化に敏感になります。しかめっ面や怒った表情、悲しい表情ではなく、**笑顔や優しい表情**で対応するのが望ましいとされます。

認知症について正しい知識をもち、認知症の人やその家族を支える手立てを知っていれば、その人らしい「尊厳のある暮らし」を守ることができます。

認知症 あんしんガイドブック

塩竈市では、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して、「認知症 あんしんガイドブック」(ケアパス)を発行しています。

認知症と思われる症状が発生した場合に、いつ・どこで・どのような医療や介護のサービスを利用できるのか等を、わかりやすく記載したガイドブックです。



最終面で塩竈市で行っている取り組みの一部をご紹介します⇒

～本人の思い～

忘れっぽくなってきたなあ

まさか、認知症になったのではないかと

なんかおかしい…



でも、困っていることはないから大丈夫

全部できないんじゃない。少し手伝ってもらえればできるのに…



みんな怒ってばかり。誰も私のことをわかってくれない!

なんかおかしい…

私どうしたんだろう?



どうしたら良いのだろう。出来ない。わからない。

わからない、何もわからない。困った! どうしよう!



あれ? この人誰だっけ?

～家族の思い～

物忘れが多くなってきたなあ

大丈夫、きっと歳のせいだと思う…けど



物忘れがひどくなってきた。おかしな行動が増えた。

誰に相談すれば…

同じことを何回も言ったり聞いたりする、参ってしまう!



周りの人に迷惑を掛けたらどうしよう…

一人で外出させられない

いろいろなことができなくなった。お世話をするのは、ひと苦労

ストレスがたまる…



もう面倒見られない!

生活すべてに介助が必要、でも素直にきいてくれる。

うまい対処法を知って(見つけた)介護に自信が持てるようになった。もう何が起ころうとも大丈夫。イライラしても仕方ない。



発症
～
初期

中期

後期

戸惑い・否定

混乱・怒り・拒絶

気持ちは…揺れ動く

割り切り・あきらめ

受容

※医療機関と地域包括支援センターに寄せられた相談内容から抜粋し、掲載しています。