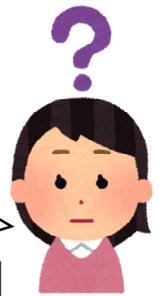


## 6 認知症の方とその家族への支援



物忘れのこと、病院で相談したら『年相応ですよ』って言われたんじゃ。お医者さんにも『認知症は予防が大事です』って言われたんじゃけど…

あれ？どうしたんですか。まだ何か心配なことでも？



予防が大事なのは、わかった。予防教室にも参加しようと思う。それでも、認知症になってしまう人はたくさんいるから。自分もきっと、いつかは…と思うと…

そうですね。心配になりますよね。

日本の高齢者の数は2025年にピークを迎えるんですけど、その時の認知症の人はなんと730万人。高齢者の約20%にもなる予測なんです※。（※厚生労働省：新オレンジプランから）

**高齢者の5人に1人は認知症**ということになれば、もう国民みんなの問題ですよ。若い人にとっても他人事ではないです。ちなみに、外ヶ浜町は青森県で2番目に高齢者が多い町で、**もうすでに高齢者数のピークは迎えているんです。**

これから高齢者の人数はそんなに増えない予測なんですけど、町民全体に対する高齢者の割合は増えていく感じになりますよ。そう考えると、外ヶ浜町は未来の日本のミニチュアみたいな感じですよ。



認知症になったからって孫や友達に嫌われるようになるのかと思うと…。悲しいのう。

そんなことありませんよ！！

はま夫さんは病気になってもはま夫さんですから。だけど、**認知症になっても、以前と変わりなく暮らしていくためには、周りの理解とちょっとしたお手伝いが必要ですよ。**外ヶ浜町が、認知症になっても住みやすい町であるために、すでに取り組んでいる活動があるので、ご紹介します！



住みやすい町づくりは、もう始まっているのか！

そうです！！世の中、若い人はどんどん少なくなっていくますから、**高齢者同士の支え合いも絶対必要になるんですよ。**本当に誰にとっても他人事ではないんです。はま夫さんもぜひ協力してくださいね。



# ①認知症サポーター養成講座



『認知症サポーター養成講座』って聞いたことありますか？



さあ？そんなの聞いたことないぞ。

そうですか…。

認知症に関する理解を深めるための講座で、希望すれば誰でも受講できるんですよ。窓口は地域包括支援センターです。



## ○認知症サポーター養成講座 窓口:地域包括支援センター 22-3380

町が主体となり、認知症サポーターキャラバン事業※における認知症サポーター養成講座を実施しています。認知症を理解するための講座を修了した方は認知症サポーターになることができます。

講座を修了したから何かをしなければいけないということではなく、認知症の方やそのご家族の良き理解者となることが認知症サポーターの仕事です。

ただ『何かお困りですか？』と声を掛けられるだけでも認知症のご本人やご家族は救われるような思いをすることもあります。



※NPO法人地域ケア政策ネットワーク全国キャラバンメイト連絡協議会が実施する事業



認知症サポーター？

講座を修了した人にはオレンジ色のロバが印刷されたカードを差し上げているんですが、これは、『私は認知症に関する理解があります。』という印で、持っている皆さんのことは認知症サポーターって呼んでるんです。



そっと見守りをしてくれたり、困っているのかな？と感じたら声掛けしてくれたり、認知症の人にやさしい町づくりを支えるととても頼もしい味方ですよ。



おや！？そのキャラクターは見たことあるな。近所のはま代さんのところに来る介護の人は手首に着けてたぞ。



そうですか。民生委員児童委員さんや外ヶ浜警察署の警官さんも着けてる人がいると思いますよ。ほかにもいろんな人たちが着けています。なんと、外ヶ浜町では令和3年度末で639人の皆さんが認知症サポーターになりました。これからもどんどん増えますよ！



ワシも近所の人を誘って一緒に受けてみようかのう。

## ②介護慰労金支給事業



自宅で介護するって…  
考えただけでも大変さうだのう。



そうですね。外ヶ浜町には、がんばってご家族の介護をしているご家族を応援する介護慰労金支給事業っていうのもありますよ。在宅で要介護2以上の高齢者等を日常的に介護していて、外ヶ浜町に住所を有するご家族に3万円支給しています。詳しい要件と申請については福祉課にお問い合わせください。



ほんの少しでもがんばる家族の励みになるといいのう。

## ③認知症カフェ



認知症のこと、少し興味がわいてきたぞ。  
ほかの人とも話してみたいのう。



はま夫さんが興味を持ってくれてうれしいです！  
きっとほかにも興味を持っている人はいますよ。  
そういう皆さんにお勧めしたいのが認知症カフェです。



『認知症かふえ』！？また初めて聞く言葉だな。

### ○認知症カフェ

認知症の方やその家族、地域住民のほか、介護や福祉の専門職が気軽に集う場所。認知症予防や病状の改善を目指した活動を提供します。お互いに情報交換ができ、専門職への相談も可能です。



蟹田地区：はまゆう認知症カフェ(☎特別養護老人ホームはまゆう 31-1871)

蟹田地区：外ヶ浜町社会福祉協議会(☎外ヶ浜町社会福祉協議会 22-2250)

在宅介護をしている方が、ひと息つける場所としてスタートしました。認知症について理解を深めながら和気あいあいとおしゃべりできる場です。コロナ禍のため縮小した形で、2ヶ月に1回2時間程度、特別養護老人ホームはまゆうで開催しています。興味のある方はぜひ一度ご連絡ください。



平館地区：なごみカフェ(☎よつばケア 31-2755)



なごみカフェでは、専門スタッフから皆さんに、認知症の理解を深めるための活動を楽しく提供しています。

ご本人はもちろん、ご家族が抱える認知症や介護等の悩み相談もできますよ。地域の方は誰でも参加できますので、ぜひ一度遊びに来てくださいね！！

三厩地区は、地域包括支援センターが実施。