



春号

発行・編集：福祉のネットワーク永山

事務局：(社福) 多摩市社会福祉協議会

TEL：042-373-5616

第24号：平成29年4月

福祉のネットワーク永山だより

～誰もが安心して暮らせる地域を目指して～

認知症セミナー「他人ごとでなく自分ごと」

認知症の専門医による講演会を開催しました

～本人・家族・地域住民の視点から～



日時：平成28年12月9日(金)

13時30分～15時30分

場所：高齢者総合ケアセンター ケアプラザ多摩
地域交流スペース「みのるホール」

講師：認知症専門医 杉山恒之 医師

認知症患者は70歳を過ぎれば患者が5年ごとに倍増し、80歳を超えると5人に1人、90歳代には2人に1人——。今回の認知症セミナーでの講師のお話を要約すれば、**認知症は「寿命が延びれば誰にでも起きる。他人事ではなく自分ごと」**というものでした。

セミナーでは、まず「多摩市認知症ケアパス」を紹介しました。ケアパスは、認知症ではないかと気になった時の診断から治療までの一連の流れを示したものです。自分でできる認知症のチェック項目があり、結果が心配になれば病院に行くか、地域包括支援センターに相談するか、あるいは周りの人に聞いてもよいでしょう。

認知症を疑うサイン

- ・同じことを言ったり聞いたりする
- ・ものの名前がうまく出て来なくなった
- ・以前にはあった関心や興味が失われた
- ・時間や場所の感覚がおかしくなった
- ・置忘れやしまい忘れが目立つようになった

認知症予防のために大切なこと

- ・動脈硬化の原因になるような生活習慣病の予防・コントロールすること
- ・知的好奇心をみたくこと
- ・地域とのつながりを持つこと

自治会活動や、サロン活動など積極的に参加することが大切！

認知症の原因は様々なので検査が必要になりますが、日常生活にあまり困っていないのならば無理して受診することはないようです。

先生は**認知症患者になっても自分らしく生きることが大切と強調し、それには地域社会の支援が必要と述べました。**



◇ 永山五丁目自治会「ひな祭り会」

■場 所：瓜生集会所

■開催日：平成 29年2月19日～21日

地域活動のご紹介♪

永山五丁目自治会の有志、福祉活動「遊ぼう会」の実行委員が中心になり「ひな祭り会」を開催しました。最終日は、五丁目サロン「瓜生ランチ」とのコラボレーションで、町内のお年寄りや勿論、瓜生小学校の児童や学童クラブの子供たち、近隣の方々など100名を超える人が観賞に訪れました。あまりの見事さに、ただただ感嘆するばかりの素晴らしさでした。

永山五丁目自治会では、ひな祭り会のほか、笑話会・手芸教室・お菓子教室・福祉のネットワーク永山のまち歩きに便乗した「ハイキング」等、趣味や特技を持つ方々が担い手となり、主として高齢者の居場所づくりに貢献しています。

これらの行事は、ほぼ定着してきましたが、これからも顔の見える関係づくりに知恵を出していきたいと思えます。



福祉のネットワーク永山とは

多摩市社協ホームページでも活動を見ることができます。
「福祉のネットワーク永山」で検索してください。

☆福祉のネットワーク永山の事業で新たな仲間づくりを！

福祉のネットワーク永山は、永山地区の各団体、住民同士が連携することで様々な地域課題に向き合い、取り組んでいます。皆さまのご参加お待ちしております！

☆福祉のネットワーク永山 今後の予定

- 定例会：奇数月第3土曜日 5月20日（土）
- 瓜生小地区防災組織担当者連絡会：偶数月第3土曜日など
- 永山小・多摩永山中地区防災情報連絡会：偶数月第3土曜日
- さんぽ会：毎月第1、3水曜日 グルメシティ前10時集合
- まち歩き：参加希望者は当日集合場所へ
5月9日（火）薬師池、クリクラ工場見学（グルメシティ9時）
- 見守りウォーキング：毎月第2、4月曜日 15時30分集合
瓜生地区：グルメシティ前（永山商店街内）
永山地区：グリナード永山2Fマクドナルド前
- 体操サロン：毎月第2水曜日13時30分～15時30分
東永山複合施設 ボランティア会議室



※まち歩き年会費：¥500
（傷害保険代・写真代・資料代に充当）
※お弁当・水筒・タオル・交通費など持参

<ま・ち・か・ど>

中部地域包括支援センターが永山商店街に移動した昨年10月、「多摩市中部高齢者見守り相談窓口」も併設され、住民が立ち寄るようになった。担当が木下公大さん（写真）で一人ずつ相談に乗るが、数人で雑談している時に困りごとを知ることもあるという。一方で永山3丁目、4丁目の65歳以上の一人暮らしや65歳以上のみの世帯を一軒ごとに訪ねている。住民が元気なうちに連絡先など、日頃からの見守り活動や、大規模災害が発生したときに役立つ情報を集めようというわけだが、ドアを開けてくれたのはセンター開設から3カ月後には4割だった。ところが、その1カ月後には6割と逆転した。活動目的が徐々に理解されつつあるようだ。

