

16. 地域の方に認知症の予防及び認知症への理解を促す

高齢者支援 渋谷はっぴーの会

代表 中島 尚子

① 活動の目的

- ・高齢者がいつまでも自分らしく暮らせるよう地域で支えることを目的とする。
- ・そのために認知症の予防が大切であることを広める。
- ・また、認知症になっても安心して暮らせる街作りのため。地域の人々に認知症の人とその家族を支える意識を持ってもらう。

② 活動概要

【 認知症サポーター養成講座 】

厚生労働省の提唱で始まった認知症サポーターキャラバン事業のキャラバンメイト（講師役）として、受講者が正しく認知症を理解し、対応の仕方を学ぶことにより地域で認知症の人を支えて行くことを目的としている。テキストと映像を使つての90分の講座。

日時	開催団体	受講者数	
26年 7/3	女性センターアイリス事業参加	12名	
11/19	やさしい町を作る会	17名	
12/24	長妻昭後援会	15名	
27年 2/5	三菱UFJ信託銀行渋谷支店	26名	
2/17	笹幡あすなる会	7名	
3/2	渋谷氷川会婦人部	38名	
3/24	アースサポート(株)	11名	
4/6	青山キラー通り商店会	8名	
5/21	積和グランドマスト(株)	29名	
5/26	渋谷区婦人団体連絡協議会	33名	計196名

尚、他に、明和ライフサポート(株)では2か月ごとに行っているマンションの管理人及び清掃員対象の新人研修に、この講座を組み込んでいる。

8, 10, 12, 2, 4, 6, 8月で計183名。上記と合わせ、合計379名



【 認知症予防講座 】

認知症発症のリスクを少なくするために、認知症についての正しい理解と、どのような日常生活を送ることが予防につながるのかを映像と講義で紹介し、予防に効果的な動作や笑いなどを実践していただく90分の講座を開催した。

日時	開催会場	受講者数
26年10/4	恵比寿区民会館	32名
11/8	幡ヶ谷社会教育館	24名
27年2/14	勤労福祉会館	39名

27年7/5 青山キラー通り商店会主催のイベント、七夕コンサートの第一部で認知症予防講座を依頼され、60分の講座を行った。参加人数 約400名



【 認知症予防教室 】

目的を持ったグループ活動が認知症の予防に効果があることから、笹幡包括支援センターと協力し、26年6月から12月で参加者8名、27年1月から8月で参加者6名。毎週火曜日 10:00~11:30 ケアステーション笹幡にて散策をテーマにしたグループ活動を行った。散策場所の選定やコース、費用など皆で調べ意見の交換をし、実際に行って記録を作る。

今年度は国会議事堂見学、笹塚・幡ヶ谷地域の歴史的建造物をめぐり、清澄庭園・深川江戸資料館見学、を行った。同時に脳トレや体操、歩行測定なども実施し、ウォーキングも勧めている。



教室終了後、自主活動グループとして前期と後期の参加者がひとつになり活動を続けている。

また、そのフォローを渋谷はっぴーの会がしている。

10月からまた新しい参加者で予防教室が始まる。



【 定例会 】

活動のための話し合いや準備など、月2回の定例会を行っている。

【 学習・交流会 】

既存の認知症予防グループの支援として、今年度はフラワーセラピーの講師を招き、前半を交流会、後半をフラワーセラピー・アレンジ体験の時間にした。

27年2月18日 13:30~15:30 初台青年館にて 参加者 28名



【 花壇活動 】

10年前に渋谷区が行った認知症予防事業に協力した折、その一環で渋谷区から借りて初台緑道に作った花壇の管理が高齢者だけでは無理になり、渋谷はっぴーの会が管理するようになった。

今年度も随時、水撒き、植え込み、土作りなどの作業を行った。

26年12月7日 初台青年館にて花壇のお手伝いをしてきている高齢者とクリスマスリース&正月飾りを製作した。 参加者8名。



【 薬学部学生との交流会 】

ボランティアに力を入れている大手ドラッグストアの方からの依頼により、5年前より毎年2回薬学部実習生と、高齢者との対応の仕方や問題点などを話し合っている。

今年度は11月と7月に渋谷男女平等・ダイバーシティセンターにて行った。

学生参加人数 15名、13名

