



カラコエおおよこ

～高齢者あんしん相談センター大横だより～



超高齢社会と呼ばれる現代日本。これからは支える側、支えられる側、誰もが両方を担うことが必要な世の中になるといわれています。ともに、支えあい、見守りあいながら楽しく自分らしく生活する。そんな知恵が一人ひとりに求められているのかもしれません。

日本では毎年9月21日を「認知症の日」と定めていて、これは国際アルツハイマー病協会と世界保健機関が共同で制定した「世界アルツハイマーデー」に由来しています。認知症があるなしに関わらず、その人らしく安心して生活できるやさしい地域なら、誰もが暮らしやすいのではないのでしょうか

センター長 浜脇晴美

認知症のある方の「ひとり歩き」を見守るために…



認知症がある方の外出の多くは、ご本人なりの目的や理由があるとされています。
「徘徊」という表現は、そうした認知症がある方の外出の実態にそぐわないことや、
「認知症になると何もわからなくなる」「認知症の方の外出は危険」といった誤解や偏見につなげる恐れがあるため、近年、「徘徊」ではなく「ひとり歩き」と呼ぶようになりました。



よくある理由・目的の例

- ・ 仕事や学校に行こうとしている
(「遅刻しては大変」と思って出ていく)
- ・ なじみの場所や人に会いに行こうとしている
(安心のために)
- ・ 家に帰ろうとしている
(今いる場所が自宅だとわからなくなり、帰宅しようとする)
- ・ 用事や買い物に行こうとしている
(「必要な物を買いに行こう」と思い出す)

「どんな思いで外出しているのか」を

想像することが大切です

やさしい対応のポイント

- ① まずは見守り、優しく声をかけましょう
目の高さを合わせて、ゆっくりと、優しい口調で
- ② 否定せず、相手の話に耳を傾けましょう
本人のペースに合わせて、気持ちに寄り添いましょう
- ③ 質問より会話を意識しましょう
矢継ぎ早に質問をされると混乱につながります
- ④ 家族や関係機関へ連絡を
1人で解決しようとせず、名前や連絡先などが分かればご家族へ。わからない場合は高齢者あんしん相談センターや警察へ連絡しましょう

地域の見守りが、大きな安心につながります

みまもりあいアプリ

行方不明者の情報を伝えることや
知ることができる無料のアプリです
地域の協力で早期発見につながります
あなたも地域を見守る一員になっていただけませんか？ぜひダウンロードしてください

スマートフォンでこちらを読み取ってください



App Store



Google Play

イベントのお知らせ

11月21日(土) 14:00~15:30

「認知症がある人のひとり歩きについて」

場所：大横保健福祉センター 第4会議室

内容：ご家族の経験談、情報提供、懇談会 など

定員：20名(申込制・先着順)

申込：042-634-8666 高齢者あんしん相談センター大横

※内容は変更になる場合があります。

詳細は決まり次第ホームページにてお知らせします。

高齢者あんしん相談センター大横からのお知らせ

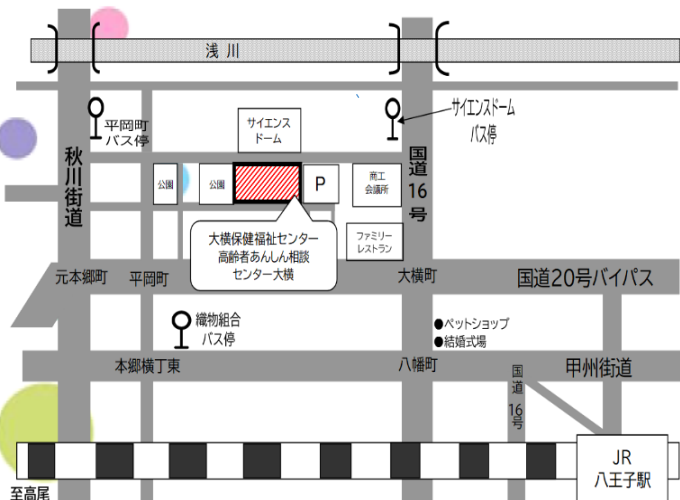
台町市民センターまつり

10月24日(土)・25日(日)の2日間
台町市民センターまつりが開催されます。
市内4か所の高齢者あんしん相談センターが協力
して来場者向けの体力測定会と相談コーナーを
設けます。体力測定の項目は例年通り握力や反射測定
などを予定しており、毎年参加されて変化を確認して
いる方も多数おられます。
気軽に参加できる体力測定をぜひお楽しみください。

大横保健福祉センターまつり

11月29日(日)9:00~15:00に開催されます。
当センターからは、10:00~12:00に1階交流ス
ペースにて、行方不明者の情報を伝えることや知るこ
とができる「みまもりあいアプリ」を使用した声か
けミッションを企画しています。参加してくれた方
には何かプレゼントがあるかも...?
皆様のご参加お待ちしております!

【高齢者あんしん相談センター大横のご案内】



住所 : 八王子市大横町 11-35
大横保健福祉センター4階
電話 : 042-634-8666
FAX : 042-634-8880
営業日 : 月~土曜日 9:00~17:30
担当地域 : 大横町 八木町 平岡町
本郷町 小門町 八幡町
台町 2~4丁目

みんなのおしゃべりひろば

みんなのおしゃべりひろばとは、認知症がある方を
支えるご家族が集い、「こんな時どうしてる?」
「最近の楽しみはコレ!」など、
認知症についてざっくばらんにおしゃべりする
家族介護者カフェです。
偶数月の第4木曜日の14時から15時30分で、
会場は大横保健福祉センターの会議室や
地域のカフェで開催しています。
次回10月22日(木)は、大横保健福祉センターの
第3会議室で開催します。
今回は、認知症のVR(バーチャルリアリティ)
体験も行います。
認知症がある方が見ている世界を体験し、
認知症がある方の行動や関わり方について
考えてみませんか?
ご参加希望の方は
当センターまでお電話ください。
皆様のご参加お待ちしております。



認知症サポーター養成講座

認知症にやさしいまち是谁にとってもやさしいまち
誰にとっても身近な認知症について正しく理解し、
認知症がある方やそのご家族、自分たちの地域の
ことを一緒に考えてみませんか?
次回は11月28日(土)14:00~15:30
大横保健福祉センター4階 調理実習室で開催します。
定員10名(申込制・先着順)とさせていただきます。
お申込みは当センターにお電話ください。
ご参加心よりお待ちしております!



＜編集後記＞

息子との散歩では、花や虫、石ころなど、一緒に
しゃがんで眺めたり触れてみたり。いつもの道にも
たくさんの発見があることに気づきます。
立ち止まったり、寄り道したりする時間も、今しか
味わえない大切なひとときなのかもしれません。
皆様も秋の風を感じながら、ゆっくり歩く時間をつ
くってみてはいかがでしょうか。

