

ささえあい通信 第8号

ささえあい通信は、地域の支え合いの活動やお役立ち情報、イベント情報をお届けします。

認知症は、85歳以上の約4割が発症すると言われ、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になるとの試算があります。今号は、認知症になっても日々豊かに、いつまでも安心して暮らせる地域をめざす取り組みを紹介します。

ご近所仲間で「認知症」について学び、考えよう！

◆自治会でお話会&学習会

「認知症は、ひとごとではない！でも、実際どんな病気で、なぜ発症するのか。正しく知る機会は多くない。」と感じる戸建住宅のハイムタウン箕面自治会。

毎月、集会所で「物忘れあるある」や「人生100年時代、どうする？」など、何でもありのお話会を開催しており、1月は認知症学習会を開催しました。

学習会は、高齢者くらしサポート(※)を招いて開催。認知症の知識、予防、関わり方など学びました。

学習会後は高齢者くらしサポートの保健師やケアマネジャーと住民が交流し、役立つ情報が多く得られる学習会でした。

ハイムタウン箕面自治会

萱野小
校区



— 参加者の声 —

- ・認知症は見た目ではわからないことを知った。
- ・認知症を発症した方の家族の受け入れの気持ちも、移り変わりがあると知った。様子を見ての言葉かけができるといい。
- ・高齢者くらしサポートと顔の見える関係ができてよかった。

萱野北小
校区

ライオンズマンション箕面自治会 × 箕面如意谷住宅自治会

◆「高齢者への声かけ」を体験!!

ご近所で道に迷う高齢者がいたら、
どんな声かけをしたら安心してもらえるかな？

— 内容 —

1. 認知症についての講座 (35分)
2. 屋外での声かけ体験 (40分)
3. 小グループで意見交換 (20分)
4. 各グループの意見発表 (15分)
5. 地域のグループホーム紹介 (5分)
6. 全体の振り返り (5分) 計2時間

校区内の2つの自治会。どちらも住民の高齢化を喫緊の課題に感じていました。そこで、具体的な実践を通して考える「高齢者への声かけ体験」を2自治会合同で開催しました。

市保健師や高齢者くらしサポートからの声かけのポイント等の話の後、屋外で声かけ役と高齢者役に分かれて体験しました。その後、感じたことを意見交換。参加者一人ひとりが今後の行動にすぐに活かしていける体験会でした。



— 参加者の声 —

- ・これからは気になる高齢者を見かけたら、声をかけていこうと思った。
- ・本人の気持ちを考えながら寄り添うことが大切。
- ・住民が気軽に声をかけ合うことで、高齢者の安全確保だけでなく、近所に顔見知りが増やせる。



当日は雨でしたが、体験は屋外で実施

※高齢者くらしサポート…高齢者の総合相談窓口。介護、生活、権利擁護など様々な相談に応じ必要な支援を行う。箕面市内には住所地ごとに北部・西南、西部、中西部、中東部、東部の5か所あり。

裏面には、ネバーランド箕面マンション管理組合の取り組みを紹介!

住民が交流できる場を作ろう！

◆マンション住民の定期的な交流会を！

ネバーランド箕面
マンション管理組合

西小
校区

ネバーランド箕面は、約70世帯が住む築19年のマンション。住民の生活を見守り、支えるマンション管理人の「認知症になっても安心して生活できる環境をつくりたい」という思いから、管理組合に相談し、集会所で住民交流会を開催することに。1月に開催した第1回には住民8人が参加。市理学療法士を招き、転倒予防の体操を行いました。

交流会後、参加住民から「高齢化により認知症や老老介護が増えていくかもしれない。このような集いの場を開催し、住民同士交流しながら今後のことを意見交換していきたい。」との声がありました。2回目も近日中に開催予定です。



お困りごとに関する相談は、ささえあいステーションへ

- ・地域活動や、毎日の生活の中でのお困りごとなど、どのような相談でもお受けします。
- ・令和5年度から開催場所、曜日、時間の変更があった校区もあります。
- ・令和5年度の小学校区ごとの開設日時は下記のとおりです。(祝日は開設していません)
- ・お電話でのご相談は開設時間に関わらず、**平日8時45分から17時15分まで**可能です。

曜日	開設時間	小学校区	開設場所	問合せ
月	9時半～12時	彩都の丘	コミュニティセンター彩都の丘会館「天空の家」	080-6100-4054
		西	コミュニティセンター西小会館「星座の家」	070-2443-4893
	13時～16時	豊川北	コミュニティセンター豊川北小会館「鐘の鳴る家」	080-6100-4053
		萱野東	コミュニティセンター萱野東小会館「灯ろうの家」	070-2443-4894
火	9時半～12時	東	<第1、3、5週> 粟生外院自治会館 聚楽館 <第2、4週> 東生涯学習センター	080-6100-4053
		萱野北	コミュニティセンター萱野北小会館「如意谷の里」	070-2443-4895
	13時～16時	箕面	コミュニティセンター箕面小会館「日時計の家」	080-6100-4054
		北	みのおサンプラザ1号館3階「サンプルルーム北」	070-2443-4892
水	9時半～12時	南	北部・西南高齢者くらしサポート内	080-6100-4055
	13時～16時	豊川南	あいあいルームとよみな(多文化交流センター地下)	070-2443-4894
		止々呂美	<第1、3、5週> 止々呂美ふれあいルーム (スノーピーク箕面自然館内) <第2、4週> 箕面森町ピースガーデン コミュニティハウス	070-2443-4893
木	9時半～12時	萱野	コミュニティセンター萱野小会館「くすの木の家」	070-2443-4892
		中	コミュニティセンター中小会館「四季彩の家」	070-2443-4895
		西南	西南生涯学習センター	080-6100-4055

【問合せ】 社会福祉法人 箕面市社会福祉協議会
住所:箕面市船場西1丁目11番35号
FAX:072-727-3590

TEL:072-749-1575

メール:sasaesai-st@minoh-syakyo.or.jp

令和5年(2023年)4月1日発行