



正しく理解し、温かく見守る

## 認知症サポーターにあなともなりませんか

認知症は、誰もがかかる可能性のある身近な病気です。最新の国の研究によると、現在、65歳以上の方の約15%が認知症だといわれています。認知症の方や家族が地域で安心して暮らすためには、周囲の理解と見守りが大切です。市では、「認知症にやさしいまち三鷹」を合言葉に、「認知症サポーター」を養成する出前講座を開催しています。認知症を正しく理解し、地域の見守りの輪を広げるために、ぜひご参加ください。

☎高齢者支援課 ☎内線2626

2面関連記事も併せてご覧ください



### 認知症サポーターとは？

「認知症サポーター」は、認知症を正しく理解したうえで、自分のできる範囲で認知症の方や介護する家族を温かく見守る応援者です。特別なことをするのではなく、認知症の方が困っていたら優しく声を掛けたり、介護する家族にねぎらいの言葉を掛けたりするなど、偏見を持たずに温かく見守ることもサポーターにできる支援の一つです。サポーターを養成する取り組み(認知症サポーターキャラバン)が全国で広がっています。



認知症サポーターキャラバン マスコットキャラクター

### 「認知症サポーター養成出前講座」を受講してサポーターになろう！

出前講座では、講師が希望の場所に伺い、認知症の正しい理解や認知症の方への接し方など、1～2時間程度の講義を行います。地域の仲間やグループ(10人程度)で、気軽にお申し込みください。

☎同課 ☎内線2626へ

※受講者には認知症サポーターの目印となるブレスレット「オレンジリング」(写真)を差し上げます。

◇11月に三鷹市公会堂さんさん館でも、認知症に関する講演会やサポーター養成講座を開催予定です。くわしくは今後の「広報みたか」でお知らせします。



オレンジリング

### 「認知症サポーター養成出前講座 受講者の声」

- ◆認知症は、言葉としては知っていましたがとても勉強になりました。自分も母親と同居していますので、もしそうなったとき少しでも早く気付いてあげられたらいいなと思いました。
- ◆今後ますます高齢化が進む中、地域での役割などを考えさせられました。特に、ご家族が遠方に住む一人暮らしのお年寄りに対して、どのように接していくべきかが大切だと思いました。
- ◆物忘れが多くなるなどの一般的な認知症の認識しかなかったのですが、ごみの分別や小銭のことなど、そういうことにも困るのだと気付くことができました。
- ◆自分のできる範囲のことをやること、そして、少しでも多くの人が認知症の知識を得ることが、誰にとってもやさしいまちづくりにつながると感じました。

### 早期発見・早期治療が大切です

#### 認知症のご相談は地域包括支援センターへ

認知症は、早期に発見して適切な治療やケアを行うことで、症状を軽くしたり進行を遅らせたりすることができます。地域包括支援センターでは、認知症に関する不安や悩みなどについて、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが支援を行っています。自身や家族の心配事など、お住まいの地区の同センターへ気軽にご相談ください。

名称	電話番号	担当地区
東部地域包括支援センター	☎48-8855	牟礼、北野、新川2・3丁目
井の頭地域包括支援センター	☎44-7400	井の頭
連雀地域包括支援センター	☎40-2635	下連雀5～9丁目、上連雀6～9丁目、野崎1丁目
三鷹駅周辺地域包括支援センター	☎76-4500	下連雀1～4丁目、上連雀1～5丁目
西部地域包括支援センター	☎34-6536	井口、深大寺、野崎2～4丁目
大沢地域包括支援センター	☎33-2287	大沢
新川中原地域包括支援センター	☎40-7204	中原、新川1・4～6丁目

### 市長コラム

#### 竹久夢二特別展

#### 「大正ロマンの恋と文」が伝えるもの

三鷹市長 清原慶子

JR三鷹駅南口駅前デッキを歩いてすぐの所にある三鷹市美術ギャラリーには10月19日まで、竹久夢二の生誕130周年を記念した特別展「大正ロマンの恋と文(ふみ)」を、三鷹市と公益財団法人三鷹市芸術文化振興財団の共催で開催しています。

この特別展は、大正ロマンを代表する画家である竹久夢二と親交が深く、三鷹市民であった故・高相利郎(たかさう・としろう)氏から三鷹市が生前ご寄贈いただいたコレクションを展示するものです。8月30日の初日には、高相氏の娘さんご夫妻や竹久夢二のお孫さんも来訪されました。ご遺族様の特別展へのご理解に深く感謝申し上げます。

特別展では、恋多き芸術家であった竹久夢二が、高相氏や妻をはじめ縁のあった女性に送った直筆の手紙やはがきの展示が注目されます。達筆な筆書きの手紙の展示には読み下し文が添えられており、直筆の魅力と共に内容を味わいながら読むことができます。

さて、私たちは、最近では携帯電話、スマートフォンやパソコンからインターネットを利用した電子メールで、家族や友人とやりとりをすることが日常化しています。また、仕事でも連絡等に、郵便より電子メールを使うことが一般的になっています。したがって、手紙やはがきを書く機会は、ずいぶん減ってきたように思います。この特別展での竹久夢二の恋文を含む手紙の展示から、私たちは、人の思いを伝えるうえで改めて手紙が持つ力を感じる事ができます。

私たちにあって、思いや考えを伝えるときに、もちろん話し言葉や電子メールは役に立ちます。けれども、ときには1行2行でも手紙を書くことが、よほど「心」を伝えることができるかもしれない。そんなことを感じさせてくれる今回の特別展を、皆様にお楽しみいただければ幸いです。ぜひ、この特別展「大正ロマンの恋と文」で、竹久夢二の絵画、版画、デザイン画や手紙等と出会っていただくとともに、大切な人に手紙やはがきを書いてみてはいかがでしょうか。



三鷹市長メールマガジン  
 市長のメッセージ、活動記録、部課長コラム、新着情報などをお届けします。登録は、市ホームページまたは携帯サイトからどうぞ。