



# みんなで知って 考えよう



## 受けてみませんか？ 認知症サポーター養成講座



認知症の症状と、認知症の方に対応する際の心構えなどについて、1時間30分ほどかけて教本やスライドで学びます。費用はかかりません。

修了者には三鷹オリジナルデザインのオレンジリングを差し上げます。身につけることで、認知症の方を見守り、支援する意思表示になります。



※市外局番「0422」は省略

| 場所                        | 日時                  | 定員  | 申込・問い合わせ先(各地域包括支援センター)                    | 申込開始日    |
|---------------------------|---------------------|-----|-------------------------------------------|----------|
| ツワイ・サンシャイン深大寺(深大寺2-21-17) | 9月27日(土)午後2時～3時30分  | 20人 | 西部☎34-6536                                | 受付中      |
| 東部図書館                     | 10月18日(土)午後2時～3時30分 | 16人 | 東部☎48-8855                                | 9月8日(月)  |
| 大沢コミュニティセンター              | 11月1日(土)午後2時～3時30分  | 40人 | 大沢☎33-2287<br>(申し込みは大沢コミュニティセンター☎32-6986) | 10月1日(水) |
| みたか紫水園(新川5-6-31)          | 11月12日(水)午後2時～3時30分 | 15人 | 新川中原☎40-7204                              | 9月8日     |
| 井の頭コミュニティセンター             | 11月14日(金)午後1時30分～3時 | 20人 | 井の頭☎44-7400                               | 9月8日     |
| 三鷹駅前コミュニティセンター            | 12月3日(水)午後2時～3時30分  | 30人 | 三鷹駅周辺☎76-4500                             | 9月8日     |

### 出前講座も開催しています！

地域の団体、学校、自治会・町会などの依頼を受けて、「認知症キャラバン・メイト」の資格を持った講師が伺います。

■在学・在勤を含む市民 ■申し込みフォーム(QRコード)へ  
☎高齢者支援課☎0422-29-8388



## 私たちが受講しました！「認サポ」講座修了者の声

### ケアされる人・する人の壁を越えた “つながりの場”としての庭づくり

コミュニティ・ガーデン 代表 上野和男さん

#### グループの概要と現在の活動について教えてください。

私たちは、認知症サポーター養成講座の修了者を対象としたフォローアップ講座の受講者を中心に活動するボランティアです。毎月2回、高齢者施設内にあるコミュニティ・ガーデンで、庭の手入れや野菜・草花の栽培、清掃などを行っています。活動中に入所者が庭へ出てこられたら、見守りだけでなく、お話し相手になります。

#### 「認知症にやさしいまち」に必要なことは何でしょうか。

認知症の方も、そうでない方も同じ人間です。認知症の知識に加え、誰もが認知症になる可能性があること、差別や偏見、虐待があることなどを知り、「ケアされる人・する人の壁」を越えて、お互いを理解することが大切だと考えています。

#### 市民の皆さんにメッセージをお願いします。

認知症サポーター養成講座の受講者は、比較的年齢層が高いように思います。若年性認知症を周知するため、20～40代の皆さんも積極的に受講してほしいと思います。



ガーデンのお手入れ中

### 正しく知り、偏見をなくすことが 安心できる社会につながります

三鷹市民センター 警備隊長 山下和明さん

#### 認知症サポーター養成講座に会社で申し込んだのはなぜですか。

私たちの保安業務は、市民の方と接する機会が多い業務です。特に、高齢の方への接し方は一層の社員教育が必要だと思い、市へ相談したところ、会社単位でも認知症サポーター養成講座を受けられると聞き、早速申し込みました。

#### 講座で学んだことは、業務にどう生かされていますか。

講座を通して、相手が求めていることを見極めて、冷静に待ち、支援する姿勢が大事だと気が付きました。後日、「高齢の方から、『こんな木があって、こんな建物がある所に帰りたい』と尋ねられ、講座の内容を思い出し、認知症の方かもしれないと思った」と隊員から報告がありました。そのときは、まず高齢者支援課に応援を求め、さらに警察の協力も得て、無事にご家族と連絡が取れました。

#### 市民の皆さんにメッセージをお願いします。

認知症を正しく理解し、偏見を持たないことは、多様な人々が共生する社会をつくるうえで重要だと思います。事業者も含め、多くの人々が認知症の方の支援者になることを期待しています。



認知症サポーター養成講座後の記念写真