

介護予防活動ポイントだより

2025 年
春号



「認知症講座」&「情報交換会」を開催しました!!

昨年11月13日、20日の両日に、群馬県社会福祉事業団研修指導センターの野口有香さんを講師にお迎えして『認知症の方の見える世界と認知症の方とのかかわり方について』というテーマで研修会を開催しました。

途中、ドッキリで参加者が認知症の人に起こりうる事の疑似体験をする場面がありました。実際には配られていない書類を出してくださいと指示され、「えっ、そんな書類知らない」と皆混乱し、不安になったり、怒りの感情を持つ人もいたり、反応は様々でした。私たち主催者側にも事前に告知はなかったので、配布し忘れてしまったかと大変動揺いたしました。種明かしをされてホッとしたのと同時に、認知症の方にとって、すっぱりと抜け落ちてしまった部分の記憶について否定され責められたら、こんな気分になるのだろうかと思像することができました。

認知症になると何も分からなくなるといった誤った認識を改め、認知症の方の感じる周囲とのズレや違和感、異変などに寄り添い、快・不快の感情をしっかりと受け止めたいと思いました。



みんなでピンシャン元気体操をしてスタート!

11月27日は初の試みとして介護予防サポーター・オレンジパートナー・施設活動者の枠を取り払っての情報交換会を開催しました。

出席者42名をランダムに分けた7グループで、それぞれテーマを選択し、情報交換を開始。ご自身の携わっている活動の中での気づきや、地域における問題点や悩み、現在までの歩みや成功例など、活発な話し合いが行われました。自分と違う立場でボランティアに取り組んでいる方の話を聞くことによって、新しいアイデアを思いついたり、活動のモチベーションアップにつながったりしたようです。

アンケートより

11/27 アンケート回答の一部です♪

- 軽度認知症や認知症予防についての研修をしたい
- 新たな脳トレなど覚えたい
- 活動したい人と、受け入れ側のマッチングなどの情報を明示してほしい
- 同じ活動をしている人同士で話し合いたい
- 各地域で行事や活動が違っていることがわかった
- まだ知らないことも沢山あり、学びたいと思った



熱心に講師の話を聞く参加者の方々

お話を聞いて、グループワークをするというくり返して具体的な事例について理解を深めることができました

3日間にわたる今年度の研修会は、出席率も非常に高く、皆さんの意欲に圧倒される程でした。
ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



オレンジパートナーの活動ってどんなもの!?

1月17,24,30日に
ステップアップ講座を開催
いたしました



★子育てサロンや高齢者サロン、市民グループが開催する
定期行事・文化祭・運動会・お祭りなどで、認知症に関する
講話の講師(派遣含む)や脳活レクリエーションの実施

★市主催の認知症関連事業の運営補助

(教室・研修会・イベント 等)

★市主催の会議・認知症普及啓発イベント

(実行委員会・準備会含む)などへの出席



前橋市が実施する認知症サポーター講座の受講
後、ステップアップ講座を修了し登録を済ませた方
が、オレンジパートナーとして活動しています。認知症
サポーター講座は2時間の講習で、例年6月と10月
の年二回開催されます。その上のステップアップ講座
は、1月に2時間×3日間の日程で行われます。

1月15日(水)に開催された『認知症を語るカフェ』取材しました

オレンジパートナーの活動の場である『認知症を語るカフェ』にお邪魔して、活動の様子を取材させて
いただきました。この『認知症を語るカフェ』は、認知症の人やその家族、地域の人、専門家と情報を共
有し、お互いに理解し合う通いの場です。当日は、2月のカレンダーを
作るワークショップのテーブルと、相談員の方に認知症関連のお悩みを
相談するテーブル、そして認知症の方を支えているご家族の方々の情報
交換をするテーブルという3つのブースに分かれて1時間過ごしました。



活動するオレンジパートナーの方々に活動のきっかけを伺ったところ

ご家族の介護や、将来の為に認知症について学び
たかったなどが多く、みなさん認知症を身近に感
じているようでした。参加されているご家族の方からは、ここに来るとオレンジパ
ートナーの方に優しく接していただけるので、本人が毎回とても楽しみにしていて、
自宅に帰ってからも機嫌がいいので助かります。自分たちも同じ立場の方々とお話
できて情報交換ができるのはもちろん、ホッとできる心のオアシスとなっています
との嬉しい言葉をいただきました。オレンジパートナーの活動が大きな役割を果た
しているのを実感した一日でした。



本事業に関するご質問、ご相談等がございましたら、下記までお気軽にご連絡ください。

◆ お問い合わせ・連絡先 ◆

ページの手帳だけをお持ちの方

◎前橋市社会福祉協議会

ボランティアセンター

〒371-0017 前橋市日吉町 2-17-10

前橋市総合福祉会館 3階

☎ 027-232-3848

水色(両方)の手帳をお持ちの方

◎前橋市役所

長寿包括ケア課 介護予防係

〒371-8601 前橋市大手町 2-12-1

前橋市役所 2階

☎ 027-898-6133

