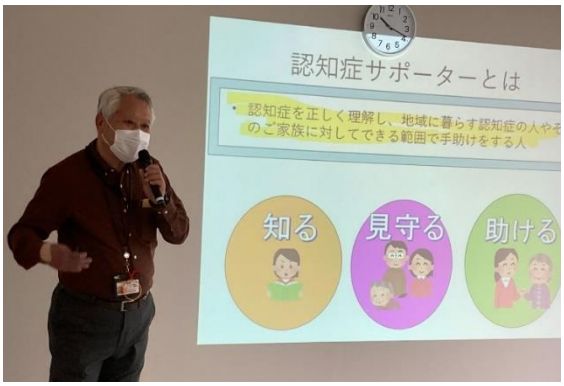
１０期　　アクティブシニアをめざす科

～そして生きがい再発見～

日時：　２月２日（木）10 時～12 時
場所：　豊中市地域共生センター
学習テーマ　「明日は我が身　認知症サポーター養成講座」
講師：　瀧澤　一賀先生
（豊中市キャラバンメイト連絡会、NPO 法人ピー・ジー・みなみ事務局長）



〇瀧澤さんより、高齢者介護の現場経験が長く、いまは、重度の認知症の方々を積極的に受け入れ、介護するＮＰＯを運営しているとの自己紹介があった後、認知症について以下のようなことを学んだ。

〇まず認知症とは、「脳の細胞が死んでしまうなどし、脳の動きに不都合が生じたために起こる障害により、日常生活に継続的に支障をきたしていること」を指す。

〇認知症は、アルツハイマー病、脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などに分かれる。中核症状としては、記憶障害＝もの忘れ、見当識障害＝時間や場所、人物があいまい、理解・判断力の障害などがある。ただ、レビー小体型では、もの忘れは少なく、幻視が多いなど、それぞれ異なる症状を示す。

〇認知症のイメージとしてよく語られる徘徊やもの盗られ妄想、暴言などは、中核症状がもとになった周辺症状であり、周囲の環境や人間関係、本人の性格が影響して現われる。うまく対応すれば、現われない人もいる。

〇豊中市長寿安心課の峠（たわ）知子さんによる認知症紹介動画を見た後、周辺症状が現われないようにする対応法がテーマに。すなわち、認知症の人にたいして、家族はつい叱ったり、怒ったりしがちだが、それは症状を悪化させるだけ。むしろ、認知症の人を①驚かせない②急がさない③自尊心を傷つけないーといった心構えが必要だ。具体的には、相手に目線を合わせて優しい口調で▽穏やかにはっきりした話し方で▽相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応するーといった接し方が効果的だ。

――＞質疑では、親族に認知症を抱える方々が、心のつらさや対応の難しさを語ったのに対して、瀧澤さんから「家族がつらいのは当たり前。困った時は、専門家や専門の施設を頼ったらいいですよ」と助言があり、心に沁みました。

午後：13:00～15:00

・体操の後、午前の講義の振り返り。

・おもちゃ工作体験

メンバーの一人、内山さんの指導で、画用紙や竹ひご、紙コップなどを利用して、熊さんの人形がくるくる回るおもちゃを作りました。手の器用サさが求められる体験学習でした。

（担当・脇阪）