

平成 29 年度「第 4 回ケアラーサポーター育成研修」開催報告
 地域に学び、地域で支える

～ケアラー（家族を介護する人）を孤立させないために～

- 【日時】平成 30 年 1 月 17 日（水）16：10～17：40
- 【場所】長崎大学文教キャンパス 環境科学部 A13 教室
- 【講師】朝長 優子 氏
 （長崎市西浦上・三川地域包括支援センター
 認知症地域支援推進員/社会福祉士）
- 【内容】認知症サポーター養成講座

平成 30 年 1 月 17 日（水）、長崎大学文教キャンパス環境科学部 A13 教室にて、「第 4 回ケアラーサポーター育成研修」を開催いたしました。当日は学内外から 32 名の参加がありました。

講演「認知症サポーター養成講座」

（長崎市西浦上・三川地域包括支援センター 朝長 優子 氏）

朝長氏を迎え、「認知症サポーター養成講座」を実施していただきました。認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者として、自分のできる範囲でサポートしていく人材であることの説明があり、認知症の方が、尊厳をもって最期まで自分らしく安心して生活できるよう、正しい知識を身につけ、理解と気遣いのできる市民になることが第一歩であると述べられました。また、長崎市における高齢化率は 30.2%（H29 年 3 月末）であり、認知症の有病率や今後認知症になる可能性の方は、全国平均を上回っていること、認知症の種類や症状、脳の働きについても詳しく説明されました。

その後、事例 2 つについてグループワークを行いました。認知症の人への対応の心得として 3 つの「ない」、①驚かせない②急がせない③自尊心（プライド）を傷つけないが大事であり、具体的な対応ポイントとしては、①笑顔を忘れない②本人のペースに合わせる③失敗を叱らないで、できることを大切に④本人の自尊心を傷つけないように、否定しない態度で接する⑤一人で抱え込まない、ネットワークを活用する、これらが重要であると強く述べられました。また、地域包括支援センターは長崎市内に 20 箇所あり、高齢者の総合相談窓口として活動していること、権利擁護事業や地域のネットワークづくり、認知症地域支援推進員についても説明されました。最後に、認知症の人とその家族を



支えるネットワークについて説明され、認知症サポーターは年々増えているが、認知症高齢者の数はそれ以上に増加している現状にあり、その予備軍を入ると、認知症サポーターの数を超えてしまうことの説明のあと、受講者全員にオレンジリングを配布し、「今日からみなさんも認知症サポーターです」と締めくくられました。



【挨拶】医歯薬学総合研究科 教授 井口茂

井口教授は、認知症の人は身近に多くいるが、認知症について知識があるかないかで対応の仕方に大きな差が出てくる。この養成講座を受講し、自然とささえ合える社会を作っていければ安心して生活できる街になると述べ、認知症サポーターを周囲の人たちにも広げてほしいと締めくくられました。



第4回ケアラーサポーター育成研修には、多くの方にご参加いただきました。センタースタッフ一同、心よりお礼申し上げます。アンケートでは「とても具体的で、またお話のポイントもコンパクトにまとめられており、大変わかりやすく理解しやすい内容でした。先生の気さくなお人柄も私たちを引きつけられました。」「事例を使って話し合う時間があったので他の人の意見を知ることができて良かったです。認知症の方と実際に接したことがなかったので認知症の特徴も詳しくわかってとても勉強になりました」「認知症というものが今までより近い存在になった。もし家族が認知症になったり、近所でこまっている人がいたら力になりたいと思った」など、気づきや学びについてのコメントが多くありました。アンケートへご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

長崎大学ダイバーシティ推進センターは、来年度も引き続きケアラーサポーター育成研修の開催を予定しています。今後ますます介護の課題を抱える人が増加することが確実視されているなか、介護者が孤立することなく介護者も要介護者も共に社会参加ができる環境作りができるよう、地域の方々とともに取り組んでまいります。