令和元年度「第２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】令和元年７月３日（水）16：20～17：40
【場所】長崎大学文教キャンパス
　　グローバル教育・学生支援棟３階 G-38 教室
【講師】長崎市西浦上・三川地域包括支援センター
　　中田　憲太　氏（認知症地域支援推進員）
　　福田　一子　氏（管理者）
　　山本　氏

【内容】認知症サポーター養成講座

令和元年７月３日（水）、長崎大学文教キャンパスグローバル教育・学生支援棟３階 G-38 教室にて、「第２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 99 名の参加がありました。

【挨拶】生命医科学域　教授　井口　茂
挨拶の中で、これから認知症が増えることが見込まれることから、厚生労働省も認知症の支援や予防などを認知症施策として打ち立てており、認知症を知ることは常識化となってくる。私たちも今後、地域の認知症の方と接するにあたり、この研修を機にどういう対応をしたらよいか、どういう病気なのか理解し行動につなげてしてほしいと述べられました。

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　中田　憲太　氏・朝長　優子　氏・山本　　氏 ）

中田氏、朝長氏、山本氏を迎え、「認知症サポーター養成講座」を実施していただきました。
まず、地域包括支援センターは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等行っていることの説明がありました。
この研修では認知症という病気を理解することで、認知症の人とその家族を地域のみんなで支え、認知症になっても安心して暮らしていける地域をつくることを目的としていると述べられました。
長崎市における高齢化率は 31.7%（H31 年３月末）であり、全国的にも高い数値であること、また高齢者の約４人に１人が認知症かその予備軍であることを話し、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。認知症は早期発見・早期診断・早期治療が大事であり、日頃から家族や近隣、友人等周囲との関係づくりが重要であると述べ

られました。
　その後、認知症の方への対応の一つとして、接し方で変わることから、サポートリーダーの2名が寸劇を披露し、認知症者への対応について15グループに分かれて事例検討し、対応方法について各グループで発表しました。

　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自尊心を傷つけないことが大事であり、具体的な対応ポイントとしては、まずは見守る、余裕を持って対応する、相手に目線を合わせて優しい口調で、相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する等、これらが重要であると強く述べられました。また、困った場合は家族、かかりつけ医、包括支援センター等への相談し、抱え込まない事が大切であることの説明がありました。
　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人として、自分のできる範囲でサポートしていく人材であり、「みんなで住みよい街にしていきましょう」と締めくくられました。
　最後に、受講者全員に認知症サポーターの証であるオレンジリングが配布されました。

　第2回ケアラーサポーター育成研修には、多くのみなさま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「認知症の方との対応の仕方がわかりました。色んな意見が聞けてよかったです。これからの勉強に役立てたいと思います。今、学んでいることより詳しく学ぶことができてよかったです」「他の学生や一般の方とグループワークができて色々な意見が聞けてよかった。3つのロールプレイの事柄は身近な出来事でもあるので、実際そういう場面に出会った時は適切に対応したい」「私の母は認知症サポーターです。親子でリングをつけることになり光栄です。ありがとうご

ざいました」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、地域のみなさまとともに取り組んでまいります。