

# 平成26年度第2回「認知症サポーター養成講座」参加報告

日本防災士会横浜支部の平成26年度の事業計画に基づいた講座で 認知症について正しく理解し、地域で暮らす認知症の人や家族を温かく見守り、支援する応援者を養成する「認知症サポーター養成講座」に参加しましたのでご報告いたします。

日 時 平成27年2月11日(土) 午前10時00分～午前11時30分

会 場 横浜市星川地域ケアプラザ 2階多目的ホール (保土ヶ谷区川辺町 5-11 電話 333-9590)



●交通:相鉄線 星川駅より徒歩1分、保土ヶ谷区役所前

参加者 42名(防災士:30名、一般:12名) 主催:日本防災士会 横浜支部

内 容 DVD・みんなで学ぶ認知症(横浜市認知症サポーター養成講座テキスト)

1. 横浜市の状況
2. 認知症サポーターとは
3. 認知症とは
4. 認知症の人の気持ちと接し方  
よくある事例を参考にして、本人の気持ちを考えながら接し方を考える。
5. 認知症の人と家族の気持ち  
第1ステップ(とまどい・否定)
  - ・異常な言動にとまどい、否定しようとする。
  - ・他の家族にすら打ち明けられずに悩む。第2ステップ(混乱・怒り・拒絶)
  - ・認知症への理解の不十分さからどう対応してよいか分からず混乱しささいなことに腹を立てたり叱ったりする。
  - ・精神的・身体的に疲労困憊、拒絶感、絶望感に陥りやすいもっともつらい時期。第3ステップ(割り切り)
  - ・怒ったり、イライラしても何のメリットはないと思い始め、割り切るようになる時期。
  - ・症状は同じでも介護者にとっても「問題」としては軽くなる。第4ステップ(受容)
  - ・認知症の理解が深まって、認知症の人の心理を介護者自身が考えなくても分かるまでになる。
  - ・認知症である家族のあるがまを受け入れられるようになる時期。\* 講座に使用したテキストを、講師の方がわかりやすく説明してくれたのでよく理解できました。



講師:地域ケアプラザ職員(左:曾我さん・右:田邊さん)

(玉江 牧雄)