

平成27年  
1月号

桂台地域ケアプラザ

# 地域交流プログラム

発行日/平成27年1月1日  
編集・発行/横浜市桂台地域ケアプラザ  
発行責任者/石塚 淳

お問い合わせ先

地域交流部門 897-1111

HPアドレス

<http://www.katuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

検索

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いたします。旧聞になりますが、2014年の漢字は「税」でした。あんなに立派な筆で「税」という字を書かれても、なんかしっくりこないなあ、と思った方も多かったのではないのでしょうか。また、年末には衆議院選挙もあり、普段に輪をかけて気ぜわしい年の瀬でした。まさしく、最後までゼイゼイしていましたので、やっぱり漢字も「税」でしようがないか、と妙な納得をしたりしました。

さて、年が明け気分も変わり、新たな一步を踏み出しました。今年は一つじ年です。一説によれば、羊には、群れをなし生活していることから家族の安泰と平和を表す意味があるそうです。ここ数年は、自然災害や経済変動、近隣諸国との関係など心配の種が尽きませんが、できることには努力を惜しまず、一つじ年にふさわしい安心して平和な暮らしが送れる一年を過ごしていきたいと思っています。

## 1月の おしらせ



### 得わくわく子育て応援講座

～歯を丈夫にする歯科指導と食事づくり～

(共催：栄区地域子育て支援拠点「にこりんく」)

カルシウムたっぷりの食事と楽しい歯磨きの仕方を学んで、さあ今日から虫歯予防!

日時：2月17日(火) 10:30～12:30

内容：1. ブラッシングのコツを指導 (歯科衛生士 橋井寿実さん)

2. 栄養のお話 (栄区福祉保健センター 渡辺保健師)

3. 親子でラップ寿司づくり (ヘルスメイトの皆さん)

場所：桂台地域ケアプラザ 多目的ホール

募集：未就学児と保護者 20組 (定員次第締切)

申込み：桂台地域ケアプラザ ☎897-1111



### 「協働福祉フォーラム」

～万全な防災対策と地域の未来を考える～

(主催：本郷中央地区支えあい連絡会)

“誰もがずっと住み続けたい安全なまち”をめざして  
皆さんといっしょに考えます。

日時：2月22日(日) 10:00～12:00

内容：1. アンケート結果報告

「本郷中央地区社協、高齢者・高齢世帯の  
災害時自守対策アンケート」

2. グループディスカッション

「第3期地域福祉保健計画の策定について」

場所：桂台地域ケアプラザ 多目的ホール他

申込み：桂台地域ケアプラザ ☎897-1111



### 平成26年度認知症普及啓発講座(第3回)

### 認知症の薬と服薬管理について

認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けるためには、より多くの方々に認知症について正しく理解していただく事が大切です。認知症に対する理解を深め、認知症の方やご家族を温かい目で見守り、お互いが助け合い、住みやすい街づくりを目指しましょう。今回は地域の薬剤師さんより、治療で使用する薬と服薬の管理についてお話をして頂きます。ご参加をお待ちしております。

日時：2月21日(土) 14:00～15:30

会場：桂台地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：ユキ調剤薬局 北内政弘 薬剤師

申込み：2月20日までに電話または

ケアプラザ窓口にてお申込み下さい

連絡先：桂台地域ケアプラザ 地域包括支援センター

担当：勝呂・大井・市来 ☎897-1111

# 認知症高齢者への声かけ訓練が実施されます！

この度、湘南桂台エリアで、N（認知症）サポーターが主催する徘徊高齢者への声かけ訓練が実施されることになりました。この取り組みは、湘南桂台自治会、グループ桂台、桂山クラブ、ふくろうカフェ、桂台ケアプラザが協力して行うものです。他都市では先行事例もあるようですが、栄区では初めての試みのようです。実際の訓練は、街に出て徘徊している高齢者役のボランティアスタッフを探し、声をかけるという内容となっています。また、模擬訓練後には、小菅ヶ谷ケアプラザの西尾氏を講師に迎えて、声かけのポイントなどを教えていただきます。この訓練に先立って、声かけのポイントをまとめてみましたのでご紹介します。

## 道に迷っている認知症高齢者の心理状態を理解しましょう

周囲の人から見れば、無目的に徘徊しているように見える認知症の高齢者の方であっても、実は全く目的もなく歩いているわけではありません。実際にゆっくりと、慌てないように声をかけると、ほとんどの場合は、お返事をいただけます。知らない方に声をかけるのは勇気がいることですが、どのような心理状態なのか？ あらかじめ理解できていると声をかけやすいものです。次にあげるのは、特徴的な3つの例になります。

### ①ここがどこなのかわからない

**（出かけたけれども帰れなくなってしまった。実際に帰り道がわからなくなってしまった）**

このような例では、認知症状が軽度の方の場合、本当に道に迷っている場合があります。気持ちが落ち着いてくると、大まかな住所や家族の方の名前、施設名などの手がかりを思い出す場合がありますので、ゆっくりと時間をかけて対応することが大切になります。また、少し症状が進んだ方は、自分の思っている場所と違ったところに来てしまったように感じています。例えば、遠方から引き取られて来た方や、子どもの頃に記憶が帰ってしまっている方などは、「昔住んでいた場所や故郷（具体的に地名を言う）に帰りたい」ということがあります。この場合は、気持ちを落ち着かせるように対応しながら、名前などを聞き出し（女性であれば旧姓を言う場合もある）、靴や服に氏名が書いていないか、持ち物に住所などの札がついていないかなどをさりげなく探しましょう。そして、協力してくれそうな方に声をかけ、地域包括支援センターや警察等に連絡し保護してもらいましょう。

※上記の対応は、道に迷った高齢者だと思われる場合は、どの方でも共通です。

### ②誰々がいないと探している、～をしなくてはいけないと用事を思いつく

「それは大変ですね、困りましたね」などと、ご本人が語る内容について傾聴し、一緒に協力してくれる人だと理解してもらいましょう。その上で、前述の対応を行ってください。

### ③現在いる場所が「居心地が悪い」と感じている

ご自宅で不穏になるような出来事があり、外に出てしまったけれども帰り道がわからなくなってしまったというような場合です。特に遠方から引き取られたばかりの方などは、生活環境の急激な変化によって不安が生じ、居心地の悪さを感じる方が多いようです。なかには、認知症が進行してしまう場合もあります。やはり、対応としては前述のとおりです。



## まとめ

認知症の方は記憶障害があるため、不安や混乱を生じやすく、道に迷っているとすればなおさら不安定な気持ちになっています。まずは、相手を安心させる「やさしい声かけ」が大切です。声かけのポイントは3点、「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」の“3ない”となります。

**Nサポーター・  
認知症高齢者への  
声かけ模擬訓練**

日 時：1月24日(土) 13:30~16:00 (受付13:00)  
講 師：西尾 美和氏 (小菅ヶ谷地域ケアプラザ)  
問合せ先：桂台地域ケアプラザ ☎897-1111もしくは窓口