

まちそだてサロン 認知症講座報告

～物忘れと認知症～ ここが違います！

- 【日 時】 2014年11月30日(日) 10:30～12:00
【会 場】 コミュニティルーム (BRANCH神戸学園都市1階)
【定 員】 10名 【申込者】 7名
【参加者】 6名 うち親子が1組 (男性2名 女性4名: 垂水区1名、西区5名)
年齢: 24歳～65歳 平均年齢54歳 (20代1名・50代2名・60代3名)
【講 師】 中辻和美さん (介護福祉士・認知症ケア専門士・食育インストラクター)
【参加費】 500円 (お茶・お菓子付き)
【協 力】 まちスポ登録団体 手と心のぬくもりの会

■講座の目的

- ・認知症についての基本的な知識を得る。
(認知症とは・物忘れとの違い・認知症の人への対応の心得)
- ・認知症予防を心がけ、健康寿命を延ばす意識の啓発
- ・登録団体代表者に講師を依頼 (活動の場の提供)

■講座の内容

- (1) 認知症は脳細胞の病気です。
- (2) 適切な環境や接し方によって認知症の症状は改善できます。
- (3) 周囲の人の理解と協力があれば、認知症の人でも心豊かに生活できます。

■事業の成果

- ・4名が、まちスポ神戸の存在を初めて知った方だった
- ・講師から認知症予防には「社会参加」することが重要で、住み慣れた地域で安心・安全に暮らせる地域づくりには、地域での支えあいの力 (互助) が欠かせないとのお話があり、まちスポの活動意義について意識していただく機会となった。

■課題・反省

- ・参加者定員割れ (日曜日は、家族がいるので受講しにくいとの声あり)
- ・資料について事前に打合せ出来なかった。

■アンケート結果 (6名提出)

1. 本日の講座はいかがでしたか？

大変参考になった	3	参考になった	3
----------	---	--------	---

2. 講座を受講してご自身で実践してみようと思われたことがあればお聞かせください。

- ・靴の中に電話番号を書いておくのは、なるほどと思った
- ・もし家族が認知症になったときは、隠さず周囲にも知らせ、見守ってもらおう
- ・生活習慣病予防
- ・水分をとること (お茶の時間をつくる)
- ・定期的な運動、食事に気をつける
- ・何かに役に立つようなことを見つけたい

3. その他なんでも感想や希望等をお願いします。

- ・講師が早口だったので、聞き取りにくかった
- ・資料が見にくかった。

