

## つながり

2025

4

Vol.21

寒い冬も終わり、過ごしやすい気候になりました。ちょっとそこまで出かけてみませんか？人生100年時代。元気に長生きするためには、「運動」「文化活動」「社会参加」が重要です。生活支援コーディネーターは、地域のお宝を発見し、住民の皆さまと「つながり」を創る役割も担っています。

誰かと  
散歩や運動を  
したい



何気ない道を散歩

神社を巡って  
心もリフレッシュ



町内に  
集まる場を  
作りたい



通いの場(サロン)

何かを  
始めたい



各種講座の紹介


生活支援  
コーディネーター

ぜひお声がけ  
ください！



保坂

令和7年度も4月からスタート！

 **おはようラジオ体操** 毎週土曜日6:30～ ※雨天中止 場所：外旭川地域運動広場

## 認知症地域支援推進員からのお知らせ

### 新しい認知症観について

令和6年12月3日、認知症施策推進基本計画が閣議決定されました。この計画では、認知症の人々が委員として参加し、「希望を持って生きる」という新しい認知症観が示されました。今後は、認知症の人々の声を尊重し、地域で安心して暮らせる共生社会の実現を目指していきます。

#### 古い認知症観

- ① 他人ごと、目をそらす、先送り
- ② 認知症だと何もわからない、できなくなる
- ③ 本人は話せない/声を聞かない
- ④ おかしな言動で周りが困る
- ⑤ 危険重視
- ⑥ 周囲が決める
- ⑦ 本人は支援される一方
- ⑧ 認知症は恥ずかしい、隠す
- ⑨ 地域で暮らすのは無理
- ⑩ 暗い、萎縮、あきらめ、絶望的

#### 新しい認知症観

- ① わがごと、向き合う、備える
- ② わかること、できることが豊富にある
- ③ 本人は声を出せる/声を聞く
- ④ 本人が一番困っている、本人なりの意味がある
- ⑤ あたりまえごと(人権)重視、自由と安全のバランス
- ⑥ 本人が決める(決められるように支援)
- ⑦ 本人は支え手でもある。支え-支えられる関係
- ⑧ 認知症でも自分は自分、オープンに
- ⑨ 地域の一員として暮らし、活躍
- ⑩ 楽しい、のびのび、あきらめずに、希望を

認知症サポーター養成講座を行っています。詳しくはお問い合わせください！

社会福祉士  
認知症地域支援推進員



佐々木