



あさおオレンジ通信

第4号

平成28年8月1日発行

編集：麻生区認知症ケア推進会議

(愛称:あさおオレンジプロジェクトチーム)

発行：麻生区役所地域みまもり支援センター (電話044-965-5160)

～認知症高齢者等にやさしい地域づくりを目指しています～

【麻生区のホームページ】

麻生区⇒くらしのガイド⇒福祉高齢者・障害者⇒麻生区の福祉・高齢者・障害者に関する情報

(<http://www.city.kawasaki.jp/asao/page/0000062034.html>)

特集記事

麻生区の認知症サポーターの輪が広がっています。

平成27年度中に麻生区で開催された認知症サポーター養成講座
回数 34回 受講者数 842人

平成17年4月から平成28年3月までに麻生区内で認知症サポーター養成講座
を受講された方
受講者数 3,666人

～認知症サポーター突撃インタビュー～



昨年度、認知症サポーター養成講座を受講していただいた「フジ薬局新百合山手通り店」を取材させていただきました。



認知症サポーターの
ステッカーがお出迎え!!

広くて明るい店内で
す!



みなさんサポーターリングを
つけて勤務していただいで
ます!



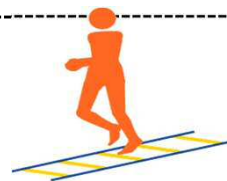
管理薬剤師の中村さん

昨年度、薬剤師や医療事務など店舗のほとんどの従業員が認知症サポーター養成講座を受講しました。認知症サポーターを受講したことで、認知症の方が来店した際も、肩の力を抜いて対応ができるようになりました。

これまでは薬の飲み忘れなどを同居の家族がフォローできていましたが、最近は单身の方も増えてきて薬の管理が難しい方も増えていきます。薬の管理など薬に関する事など、お気軽にご相談ください

フジ薬局 新百合山手通り店
麻生区万福寺6-7-2
新百合ヶ丘駅北口から徒歩3分
「メディカルモリビル1F」です。

認知症予防ワンポイント講座



今回は・・・

認知症予防に効果的な体操を紹介します。

国立長寿医療研究センターが、認知症予防に、体を動かしながら、脳を鍛える認知症予防エクササイズ「**コグニサイズ**」を開発しました。認識（コグニション）と運動（エクササイズ）を合わせて作った新しい言葉です。認識課題と運動課題を同時におこなうことが特徴です。

どんな動きをするの？

ラダー（ステップを踏むための床に置かれたはしご）を使用し、声を出しながら、リズムよく数字を数える。そのリズムに合わせて、右、左とステップを踏み、それに加え、3の倍数の時には声を出さず手をたたきます。

実施時の注意点は？

ケガや転倒に注意し、準備体操や水分補給は十分おこなうことが重要。痛みや疲れを感じたら休憩をとり、1つの課題になれてきたら新しい課題にするなど、変化を入れると非常に、短時間でもいいから、毎日おこなうことが大切です。



麻生区の認知症カフェ



今回は栗木台自治会館で毎月第3水曜日（13:30～15:30）に開催している『マロンカフェ』を紹介します。

栗木・栗木台にお住まい方が「認知症の方も介護をしている家族も・・・気軽にコーヒーが飲める場所があるといいな」との思いで始まったそうです。栗木台地域包括支援センターの相談員やボランティアの方が温かく迎えてくれます！！



取材した6/17は麻生区社会福祉協議会の方が『あんしんセンター』について説明してくれました。みなさんコーヒーを飲みながらリラックスして聞いています。麻生区には9ヶ所の認知症カフェがあります。ぜひ行ってみてください。



【編集後記】

H28. 4より区役所内に「麻生区地域みまもり支援センター」が設置されました。「個別支援の強化」と「地域力の向上」を図るため、地域で様々な取り組みを考えています。

それに伴い認知症に関する情報も「あさおオレンジプロジェクト」を通じて、様々な形で発信していけたらと思っています。今後とも「あさおオレンジ通信」をよろしくお願ひします。