

認知症サポーター養成講座・キャラバンメイト

市川治療室No.344.2017.03

2月22日（水）、全国キャラバン・メイト連絡協議会の開催する「キャラバン・メイト養成研修会」に参加しました。

キャラバン・メイトとは、地域で暮らす認知症の人やその家族を応援する「認知症サポーター」をつくる「認知症サポーター養成講座」の講師役をする人です。

認知症サポーター養成講座は、60分～90分の「無料で誰でも参加が可能」なものです。講座受講者には、オレンジ色のブレスレット（オレンジリング）が授与されます。

講座で養成する認知症サポーターは「何か」特別なことをする人ではありません。認知症を理解し、認知症の人や家族を暖かく見守る「応援者」です。

講座は、地域、職域、学校などに講師（キャラバン・メイト）が出向いて開催します。

講座では「認知症に関する理解と、自分にできることについて」学習します。

超高齢社会の日本において老後の最重要課題の一つでもある「認知症」は誰にも起こりうる脳の病気によるものですが、周囲の理解と気遣いがあれば穏やかに暮らしていくことは可能とされています。

誰もが認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を支える方法・手段を知り、安心して暮らせる町をみんなで作っていくためにこの講座の受講は有効です。

講座専用教材（30ページほどのテキスト）は、認知症の基礎知識をやさしく解説されています。また、認知症サポーターが地域で何ができるかも紹介されています。

認知症サポーター養成講座の内容

1・認知症を理解する

- ・ 認知症とは？
- ・ 認知症の症状
- ・ 中核症状
- ・ 行動、心理症状とその支援
- ・ 認知症の診断、治療
- ・ 認知症の予防についての考え方
- ・ 認知症の人と接するときの心がまえ
- ・ 認知症の人への支援とは
- ・ 人超介護をしている家族の気持ちを理解する

2・認知症サポーターとは（認知症サポーターのできること）

- ・ 地域で
- ・ はたらく場面で
- ・ 家族の人は
- ・ 成年後見制度・市民後見制度・日常生活自立支援事業・高齢者虐待防止法についての情報

講座受講者全員に認知症サポーターの印、オレンジリング（ブレスレット）が配布されます。街中でオレンジリングを身に着けている人を見かけたらその方は講座を受講された方です。

全国で認知症サポーター講座を受講されてサポーターになった方（オレンジリングを授与された方）は約900万人います。

また、サポーター養成講座を開催するキャラバン・メイトは約14万人です。

今回、キャラバン・メイト養成研修会を受講する機会があり、14万人の一人になったことで今後は、介護予防（フレイル・老年症候群・サルコペニアなど）に関する情報とともに認知症サポーター講座の活動などで認知症の情報も提供していきたいと考えています。

認知症の人や家族の応援者「認知症サポーター」になりましょう！