

## 上毛町の取り組みについて

いつまでも住み慣れた町で自分らしく暮らすためには、認知症に対する正しい知識の普及と理解が大切であり、町では、さまざまな取り組みを行っています。



### 認知症サポーター養成講座

認知症の方を地域で支える「認知症サポーター」の存在は不可欠であるため、多くの方がサポーターとして活躍できるよう、認知症サポーター養成講座を開催してきました。

地域での見守りや支援には認知症サポーターの力が必要であり、現在、町では1,045名の方が登録されています。養成講座は、新型コロナウイルスの感染状況などを考慮し、今後開催予定ですので、多くの皆様のご参加をお待ちしております。



### 認知症サポーターステップアップ講座

サポーターとして活躍している方を中心に、認知症サポーターステップアップ講座を開催しています。認知症サポート医に協力をいただき、認知症の方への接し方や対応方法など専門的な内容も取り入れています。参加された方からは「自分のためにも役立つ内容だった」「自分も何か役に立てることがあればと思い参加した」「具体的な対応方法を学ぶことができ、今後の活動に活かせると思う」といった嬉しい声を聞くことができました。

### 認知症カフェ いっちみろおか！😊

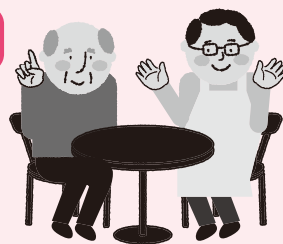
認知症に対する不安を感じているご本人や、ご家族の方などを対象に、感染症対策に留意しつつ、月1回「認知症カフェ いっちみろおか！😊」を開催しています。カフェの名前は、気軽に集える場所であるよう、方言を用いて親しみやすくという思いを込めて、サポーターの方と一緒に考えました。カフェは、認知症サポーターステップアップ講座を受講した方がボランティアとして参加しています。

おいしいコーヒーを淹れてくれる方、毎回会場の飾りつけをきれいにしてくれる方、参加者を笑顔いっぱいにしてくれる方、のれんや季節に合った小物を手作りしてくれる方など、心強い応援者ばかりです。「認知症カフェ いっちみろおか！😊」はサポーターの方の活躍が支えとなっています。

毎回、上毛町オリジナル体操の「こうげ生き活き体操」で身体を動かしたあと、季節ごとのイベントを楽しんでいます。また、精神保健福祉士が毎回参加し、専門的なアドバイスを受けることができる「もの忘れ相談会」も同時に行っています。もの忘れが気になるご本人からの相談だけでなく、ご家族からの相談も受け付けており、早期診断・早期治療につながるよう連携しています。

### フレイル予防

認知症予防には、フレイル対策も重要です。作業療法士によるフレイル予防、歯科衛生士によるオーラルフレイル予防、保健師による生活習慣病予防などに取り組んでいます。



これからも、今まで以上に認知症予防事業に取り組み、「九州一認知症の方に優しいまちづくり」を目指していきます。



## 九州一 人に優しい まちづくりを目指して



今回はまちづくりの「ひとこと」認知症予防事業についてお知らせします。

日本は、世界で最も急速に高齢化が進んでおり、団塊の世代が75歳以上となる令和7年に向け、※地域包括ケアシステムの実現を目指した取り組みの一つとして、平成27年1月に「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」が策定されました。これは、認知症になってもできる限り住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けられる社会の実現を目的としたものです。

令和元年6月には、認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望が持てる社会を目指し、「共生」と「予防」を両輪とした「認知症施策推進大綱」がとりまとめられました。

「共生」により、認知症の方が尊厳を持ち、認知症とともに生きる社会の実現を目指し、また、「予防」により「認知症にならない」のではなく「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにすること」「重症化予防に努めていくことが求められています。

上毛町の令和3年12月末現在の高齢化率(65歳以上)は36.0%、後期高齢化率(75歳以上)は18.8%であり、いずれも全国平均を上回っています。そのため、認知症予防講演会、もの忘れ相談会、また、各地区公民館や小中学校で認知症サポーター養成講座を開催し、正しい知識の普及とともに、地域で認知症の方を支えることができるよう取り組んでいます。

高齢化社会が進む中、認知症は誰もがなりうるものであり、家族や身近な方が認知症を発症する可能性があるため、「予防」と「共生」がますます重要になっていきます。



※地域包括ケアシステム  
住まい・医療・介護・予防・生活支援  
が一体的に提供される体制

認知症ケアパスについて  
認知症ケアパスは、認知症の方やご家族に対し、状態に応じた適切なサービスなどをわかりやすくまとめたものです。

特集 まちづくりの現場から  
このコーナーは、九州一輝くまちづくりのため、上毛町第2次総合計画に掲げている事業のプロセスや課題などを紹介するものです。今月は、「認知症予防事業の取り組み」の特集です。