

認知症を学び みんなで考える

# 認知症サポーター養成講座

## ～わがこととして考えてみよう～

近年、高齢者の増加により認知症の人も増加しています。

認知症が身近な存在となった今、前橋市では、認知症の人が安心して暮らせるまちづくりを目指して、認知症サポーターを養成しています。

### 認知症サポーターとは

#### 認知症の人やその家族の「応援者」です

認知症について正しく理解して、認知症の人や家族を温かい目で見守り、地域で応援する人です。  
なにか「特別なこと」をする人ではありません。

### 認知症について正しく学び、考えてみませんか

- ご希望の団体に長寿包括ケア課の職員が出向き、  
1時間～1時間半の講座を行います。（時間・内容は要相談）
- 講座を修了した方には、「認知症の人を応援します」という  
目印になる「認知症サポーターカード」をお渡しします。
- 費用は無料です。テキストやその他の資料については、  
長寿包括ケア課で準備いたします。



もし、街中でスリッパを履いたおばあさんが  
不安そうにキョロキョロと歩いていたら…？

自分だったらどのように対応するか、  
一緒に考えてもらいながら講座を行います。

## 養成講座内容の一例

| 内 容                                                                                                                     | 時 間 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1. はじめに<br>認知症サポーターとは？<br>前橋市の高齢者の現状について                                                                                | 15分 |
| 2. 講義 ～知識編～<br>(1) 認知症当事者から皆さんへ伝えたいこと<br>(2) 声をかけようと思った時のポイント<br>(3) 認知症の症状・経過<br>(4) 認知症の予防についての考え方<br>(5) 認知症の早期受診・診断 | 45分 |
| 3. グループワーク・意見交換 ～理解・実践編～<br>動画や事例を通して、認知症サポーターとして<br>自分にできることを考える                                                       | 30分 |

### ◇講座内容◇

- ・テキストやパワーポイントを用いて、高齢者や認知症について説明します。  
また、認知症の人への対応について、具体的な場面を設定しながら、  
自分ならどのように対応するかを考えてもらいながら講座を行います。

### ◇講座開催について◇

- ・開催希望のご連絡をいただいた後、派遣申請書をお送りしますので、  
記入・提出をお願いします。
- ・開催希望日の1カ月前までに、前橋市長寿包括ケア課介護予防係へ  
ご連絡ください。



—お申し込み・お問い合わせ—

前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係

電話: 027-898-6133(直通)

FAX: 027-223-4400