

# 安ふれあいセンター便り

発行：安学区社会福祉協議会(安ふれあいセンター)  
安佐南区相田4丁目3-32-9 TEL872-9233

11月  
令和2年

## 「認知症の理解と対応」認知症サポーター養成講座 -ボランティアバンク安らぎ会-

安学区ボランティアバンク「安らぎ会」会長 小山 玲子

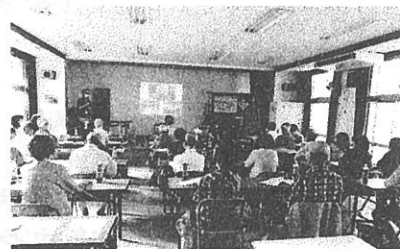
10月13日安らぎ会定例会において、講座を開催していただきました。加齢による物忘れ(他の理由もあるかもしれませんが)が増えてきて、「自分は認知症化もしれない」と思う事もあります。 “忘れる”という事では似ていますが『認知症』はやはり、まだ治療薬のない病気です。

### 加齢による物忘れ

- 体験の一部を忘れる
- 物忘れを自覚している
- 探し物も努力して見つけようとする
- 曜日や日時を間違える
- ヒントをくれると思いだせる
- きわめて徐々にしか進行しない

### 認知症による物忘れ

- 全体を忘れる
- 物忘れの自覚がない
- 探し物も「誰かが盗った」という事がある
- 月や季節を間違える
- しばしば作り話が見られる
- 進行性である



認知症サポーター養成講座の様子

認知症の方への接し方は、まずご本人の言動を決して否定しない事です。自分のペースではなく相手のペースで接することが大切です。そして地域で出来ることを探して協力・連携・ネットワークを作る。このような事を学びました。言葉ほど簡単な事ではありませんが、学びの経験があると無いとは大きな違いがあります。講座開催にご尽力いただいた方々へ感謝いたします。

### ボランティアバンク「安らぎ会」の会員になりませんか。

不自由な事をかかえながら生活されている高齢者の方のお手伝いを一緒にしてみませんか? 「何をするの?」住民の方のご依頼にお応えできる事をさせていただきます。

昭和の中頃ぐらいまでは「向こう三軒両隣」一声かければすぐに駆けつけてくれるご近所さんがありました。しかし、次第に生活様式が変わり、個を重要視するあまり、孤立することも増えてきたようです。近所づきあいの面倒くさがなくなった代わりに、困ったことに声を上げにくくなっていきます。このような状況の今、できる事があればお手伝いする“生活の小さな応援団”それが「安らぎ会」です。

誰かのお役に立てた、「ありがとう」と言ってもらえた、この喜びは体験した人の特権です。勿論、この事だけのために活動するわけではありませんが、必要とされることは嬉しいことです。1人でも多くの会員が増えますことを会員一同、首を長くして待っています。

※お申込みお問合せは安ふれあいセンター(安らぎ会事務局)まで。

「しあわせの五・七・五」 近藤勝重 足して引き 一つ残れば いい人生

### 安ふれあいセンター 来年から会場利用料の一部が変わります

利用料を含めた現在の設定は平成15年に改正されたものですが、17年たち、利用状況もニーズも大きく様変わりしています。

現状に合わせ、今後の利用率の向上と促進をはかるため、令和3年1月1日より、会場利用料の値下げを含めた変更を致します。

主な変更 ◆利用時間 夜間~22:30 → ~21:30に変更

◆夜間・営利目的利用の料金の引き下げ など

詳しくは安ふれあいセンターまでお問い合わせください。

### マスク仮置きケースを

参加されている皆さんへ  
プレゼントしました!



安ふれあいセンターいきいき百歳体操に参加されている皆さんに、クリアファイルを使ったマスクケースを手作りし、お配りしました。YouTubeの動画で作り方を調べ、使いやすい大きさを吟味し作成したこのマスクケース、外出先での飲食や歯科の受診など、マスクを外した時の「置き場」として使えるように作りました。材料がすべてプラスチックですので洗ったり消毒をして何度でも使えます。皆さんが喜んで持って帰られるのを見て、こちらも嬉しく思いました。

日	月	火	水	木	金	土
11/1	2	3	4	5	6	7
	さわやか挨拶運動 安小校門前 7:30~8:10  いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 9:30~・10:30~ 11:30~	祝) 文化の日				安学区防災研修会 安ふれあいセンター 10:00~11:30
8	9	10	11	12	13	14
	いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 9:30~・10:30~ 11:30~ 体力測定実施			安学区防災 避難支援等関係者会 議 安ふれあいセンター 2階 10:00~11:00		
15	16	17	18	19	20	21
	いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 9:30~・10:30~ 11:30~		安民児協定例会 安公民館 9:00~		「子ども安全の日」 セレモニー 安小グラウンド 14:50~15:10 その後一斉下校 集合:14:20	
22	23	24	25	26	27	28
	いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 休 み  勤労感謝の日	社協定例理事会 安ふれあいセンター 19:30~				
29	30	12/1	2	3	4	5
	いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 9:30~・10:30~ 11:30~	さわやか挨拶運動 安小校門前 7:30~8:10				
6	7	8	9	10	11	12
	いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 9:30~・10:30~ 11:30~					
13	14	15	16	17	18	19
	いきいき百歳体操 安ふれあいセンター 9:30~・10:30~ 11:30~					

安ふれあいセンターいきいき百歳体操—お知らせ—

現在、15人を定員に3グループに分け活動していますが、新規会員受け入れについては余裕がなく、調整中の状態です。新規でいきいき百歳体操への参加を希望される方には近隣の別の会場を紹介させていただきますのでご連絡ください。

お問合せ先 安ふれあいセンター-Tel872-9233(平日9:00~12:00)