

# 兵庫区高齢者みまもり応援団だより



いつも兵庫区のみまもりにご協力いただきありがとうございます。

12月のアンケートでは、ご多忙の折にも関わらず、多くのご回答をいただきありがとうございました。今回は、アンケートの結果、一番リクエストの多かった「認知症」について取り上げたいと思います。

## 認知症の人との接し方

普段生活をする中で「あの人は困っているのかな」「もしかしたら認知症の人かも知れない」と思う人を見かけたときに、どのような点に気を付けて声をかけ、接していますか。そんな時の声かけ、接し方のポイントをご紹介します。

### 認知症の人への対応の心得 “3つの「ない」”



### 具体的な7つのポイント

- 1. まずは見守る**  
一定の距離を保ちさりげなく様子を見守ります。
- 2. 余裕をもって対応する**  
自然な笑顔で応じてください。
- 3. 声をかけるときは1人で**  
複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいです。
- 4. 後ろから声をかけない**  
一定の距離で相手の視野に入ったところで声を掛けます。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました」など。
- 5. 相手に目線を合わせてやさしい口調で**  
小柄な方の場合は、身体を低くして目線を同じ高さにして対応します。
- 6. おだやかに、はっきりした滑舌で**  
高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりとはっきりした滑舌を心掛けます。
- 7. 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する**  
相手の反応を伺いながら会話をしましょう。



## アンケート結果

「応援団だよりに載せて欲しい情報はありますか？」の皆さまの回答のランキングです！

- 1位** 認知症関係…… 認知症（またはその家族）の方との関わり方、など
- 2位** みまもり関係…… 声かけの方法、みまもりのポイント、体調不良の方との関わり方、安心登録やみまもりシールなどの神戸市全体の取り込み、など
- 3位** 応援団関係…… 他の応援団の情報や役立った事例の紹介、など

その他…… 特殊詐欺の注意喚起、イベント情報、一人で行える脳トレや体操、感染症のこと、など

改めて、アンケートのご協力に心より感謝いたします。



## 高齢者声掛け訓練

高齢者声掛け訓練は、認知症になっても住み慣れた地域で、安全・安心して暮らせるまちをつくるため、地域の方への認知症の理解と見守りの重要性を啓発し、声かけや見守りの意識を高め、地域での見守り体制を構築するために行っている訓練です。

### 〈浜山あんしんすこやかセンター〉

『令和7年10月15日  
認知症声掛け訓練行いました!』

御崎南ビル集会所にて、58名と多くの方に参加頂き開催することができました。

「声掛け訓練」では認知症の方への場面を想定して、民生委員や地域の方に実演して頂きました。皆さん上手に優しくゆっくりと声掛けされてました。

これからも皆さんと一緒に横のつながり、自助共助を高めるために、取り組んでいきたいと思っております。



### 〈みなとがわあんしんすこやかセンター〉

『菊水校区認知症声かけ訓練を行いました!!』

(令和7年5月29日実施)

新湊川商店街組合様のご協力の下、商店街内で3つのポイントを設け、参加者のみなさんに、それぞれ異なる『認知症高齢者役』に声をかけ、その後どのように困りごとに寄り添うのかを体験していただきました!当日は雨予報の中、総勢37名のご参加があり、訓練の実施後には、参加者全体で振り返りの場をもうけました。

また、兵庫警察署 生活安全課より、通報の仕方や、通報後の対応として「警察官が到着するまで、可能な限り待機してほしい」と説明がありました。



## 編集後記

今回は、認知症の方との関わり方についてご紹介しました。

道に迷っている方がいてもどうやって声をかけたらいいの? どうしようか? と困ることも多いと思います。声をかけることはハードルが高いかと思いますが、まずは、認知症ってどんな病気かを知っていただけたら幸いです。

ちょっと気がかりなことに気づいたら  
地域のあんしんすこやかセンターまで!

