



中央

中央区の姿
 140,788人
 85,518世帯
 28.97km²
 (平成30年8月1日現在)

毎月の区からのお知らせや保健だよりの一部を翻訳して公開しています
 Monthly news, health and welfare information from the Ward is translated and presented on the Ward's website.
 매달 구청으로부터의 안내와 보건소식 등의 일부를 번역해 공개하고 있습니다
 将每个月区的通知和保健资讯的一部分, 翻译出来公开

編集/中央区役所 〒651-8570(住所不要)
 神戸市中央区雲井通5-1-1 ☎232-4411(代) ☎242-3599
 区役所受付時間8:45~17:15 毎週木曜は19:45まで(一部窓口)
 ●来庁の際には公共交通機関をご利用ください

神戸市中央区 検索 chuoward@office.city.kobe.lg.jp

認知症の人でも安心して暮らせるやさしいまちへ

認知症を持つ人は2025年には65歳以上人口の20%に増加していくと推計されています。認知症になっても、周囲の人の理解と気遣いがあれば、住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らし続けることができます。社会全体で「認知症」を正しく理解した上で、認知症の人を温かく見守り、応援していきましょう。その応援者である認知症サポーターの養成を進めています。

●●●●●●●●●● 認知症キッズサポーター養成講座 ●●●●●●●●●●

区では小学4年生を対象に出前講座として認知症キッズサポーター養成講座を行っています。講座では、スライドやアニメ、寸劇を通して、認知症という病気のことや接し方を勉強します。

レポート

今回は7月11日に行われた、こうべ小学校の認知症キッズサポーター養成講座に行ってきました!



講師の先生から

神戸市キャラバンメイト
舞子すみれ園
楠本美香先生



認知症のことを子どもたちにも
知ってもらいたいと思っています!

ほとんどの4年生が「認知症って知ってる!」と手を挙げてくれます。認知症という言葉が独り歩きしないように、きちんと理解をしてもらいたい、偏見だけを持つことがないように伝えたい、認知症になっても心は生きているよと分かしてほしい。友達に対しても同じ、優しい気持ちを持つ子どもに育ててほしい、お父さんお母さんや先生たちにもご理解いただきたいという思いです。

講座内での先生と生徒のやりとり

先生 認知症になったら?

生徒 さっき食べたものを忘れちゃう

先生 みんなは給食なに食べたか覚えてる?

生徒 何食べたか、うーん

先生 忘れちゃうこともあるよね。でも食べたってことは?

生徒 覚えてる!

先生 認知症になったら?

生徒 食べたことも忘れちゃう!

先生 認知症かなっていうおばあちゃんがいたらどうする?

生徒 一回家に帰っておばあちゃんが困ってるって家の人に言う!

先生 家の人と一緒にどんなふうにかかけようか

生徒 うーん、、、優しくかな?

先生 そう!びっくりさせないように前から、優しくゆっくり話しかけてね。



子どもたちの感想

「優しく声をかけたい。驚かせない、急がせない、怒らせないこと」「自分のおばあちゃんが認知症なので、もっと認知症について知りたい」「これを機会に声をかけようと思うが、恥ずかしくてできないかもしれない」「お母さんがもし認知症になったら、こんな事をしてほしいと分かりました」



担任の先生方からのコメント

認知症の人に対してだけでなく友達に対しても一緒に、相手の気持ちをまず受け止めて話を聞くこと、相手を思いやることを大切にしてほしいです。そして認知症になった人に接することがあったら今日の授業のことを思い出してほしいと思います。

問い合わせ 区あんしんすこやか係 ☎232-4411 (内線367) FAX232-1495

一般市民向けの認知症サポーター養成講座も開催しています。詳しくは神戸市社会福祉協議会こうべ認知症生活相談センター(☎271-5081)へ。

健康づくり続け隊〈健康サポーター〉募集 要申し込み 無料

地域で健康づくりを広める担い手となりませんか?自主活動の立ち上げを考えている方、すでに活動をされている方、健康づくりの知識を得て、すぐに使える運動の方法を一緒に学びましょう。

場所 区役所6階 健康増進室

定員 20人(先着順)

講師 兵庫医療大学リハビリテーション学部 講師 永井宏達氏
兵庫医療大学看護学部 教授 神崎初美氏(2、4回のみ)

※1回目と5回目は2時間です※体操があります。動きやすい服装でお越しください※水分補給の準備をお願いします※参加者には修了証をお渡しします※全日、参加できる方を募集します

申し込み・問い合わせ 区あんしんすこやか係 ☎232-4411 (内線367) FAX 232-1495

1回目	9月26日ⓧ 10:00~12:00	講義 健康づくり概論、フレイルについて 実技 ストレッチ、デュアルタスクトレーニング(基本)など
2回目	10月3日ⓧ 10:00~11:30	講義 栄養について 実技 ストレッチ、筋力トレーニング、デュアルタスクトレーニング(基本)
3回目	10月10日ⓧ 10:00~11:30	講義 認知症の予防について 実技 ストレッチ、筋力トレーニング、デュアルタスクトレーニング(応用)
4回目	10月17日ⓧ 10:00~11:30	講義 生活習慣病の予防について 実技 トレーニング方法のグループワーク、介護予防体操
5回目	10月24日ⓧ 10:00~12:00	交流会 内容 グループディスカッション、介護予防体操