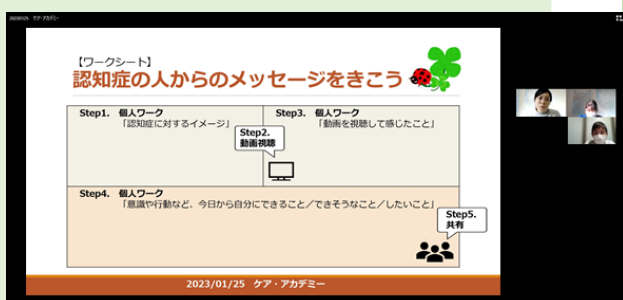


活動報告

オンライン研修会を
開催しました

自分らしく いきいきと暮らしている認知症の人がいることをご存知ですか。

毎年恒例のオンライン研修会「ケア・アカデミー」では、千葉市の認知症に関する様々な活動をご紹介しますとともに、認知症の人からのメッセージ動画を視聴して、グループワークを行いました。



日 時	令和5年1月25日（水） 14:00～15:15
形 式	オンライン
参加者	一般、認知症関連団体、医療・福祉 専門職の皆様など（28名）
テーマ	認知症の人からの メッセージをきこう
共 催	社会福祉法人 煌徳会 千葉市生活支援コーディネーター中央区、 さつきが丘圏域、幸町圏域

オンライン研修会
認知症の人からの
メッセージをきこう

自分らしく いきいきと暮らしている認知症の人がいることを
知っていきましょう。

この研修会では、千葉市の認知症に関する様々な活動を紹介
するとともに、認知症の人からのメッセー ジ動画を視聴して、
グループワークを行います。最後にご参加をお待ちしています。

【日 時】 令和5年1月25日（水）
14:00～15:15

【形 式】 オンライン (zoom)

【参加費】 無料

【対象者】 どなたでも参加できます。

【講 師】 千葉市生活支援コーディネーター 兼 認知症地域支援推進員

【申込方法】 申込専用フォーム (Google)

◆ 詳細は画面をご覧ください ◆

■ 千葉市生活支援コーディネーター
認知症の人は自分らしく暮らしていることを知っていただくために、認知症の人や
家族の生活を支える様々な活動を紹介しています。ぜひお気軽に参加してください。
※ 認知症地域支援推進員としての活動は、別途の要があります。

お役立ちサイト
千葉市認知症ナビ

千葉市認知症ナビは、千葉市の
認知症に関する情報を提供しています。

サイトの案内図（一部）

- 認知症の症状や診断方法
- 認知症の予防や生活習慣
- 認知症のケアや支援サービス
- 認知症の法律や制度
- 認知症の相談窓口
- 認知症の支援団体
- 認知症の啓発活動

https://ninchisho-navi.city.chiba.jp/

※ 本サイトの利用には、必ずしも認知症の人や家族の生活を支えるための活動が必要です。

■ 内容 1 千葉市の認知症地域支援推進員活動の紹介「千葉市みかんの会」

千葉市生活支援コーディネーターは、認知症地域支援推進員を兼ねています。そこで、認知症地域支援推進員が所属する「**千葉市みかんの会**」について、会を構成する6つの班の概要や具体的な活動事例をあげました。また、認知症に関するお役立ちサイト「**千葉市認知症ナビ**」(<https://ninchisho-navi.city.chiba.jp/>) をご紹介しました。

■ 内容 2 ワークショップ「認知症の人からのメッセージをきこう」

各自で認知症に対するイメージを書き出した後、認知症の診断を受けた人のメッセージ動画を視聴しました。そして、感じたことや自分にできること（意識や行動等）をあげ、参加者同士で共有しました。「もし自分が 認知症になったら?」、「支援者や家族の立場なら?」等、立場を置き換えたりしながら、多くの意見があがりました。

認知症の人が自らの言葉で診断時の戸惑いや葛藤、現在に至るまでの経緯、現在の生活、今後の希望などを語る姿からは、きく人の気持ちや行動を動かす穏やかな力強さを感じます。こちらの動画は、「**認知症希望大使**」で検索してご覧ください。（厚生労働省ホームページ）

発行・連絡先

千葉市生活支援コーディネーター東千葉圏域（川上）

所在地
電 話

F A X

E-mail
担当地区〒260-0017 千葉市中央区要町 16-12
070-3100-6006（通常、平日 9:00～17:00）

043-216-2132

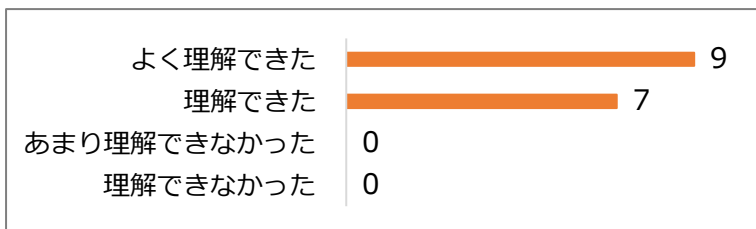
sc-higashichiba@koutokukai.sakura.ne.jp

院内、春日、要町、汐見丘町、新千葉、椿森、道場北町、道場北、
登戸、東千葉、弁天、松波、祐光

■ 参加者アンケート結果

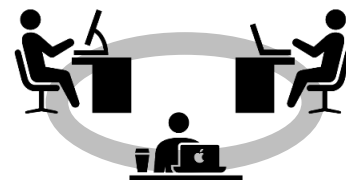
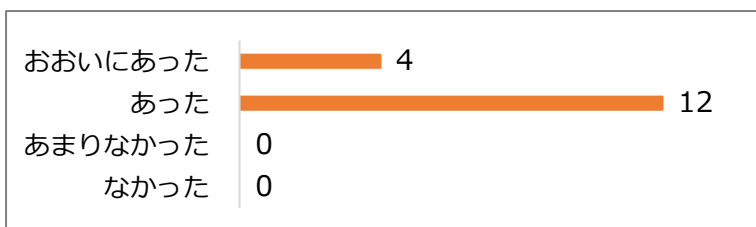
（回答者 16 名、回答率 57.1%）

Q. 千葉市の認知症地域支援推進員活動の紹介について



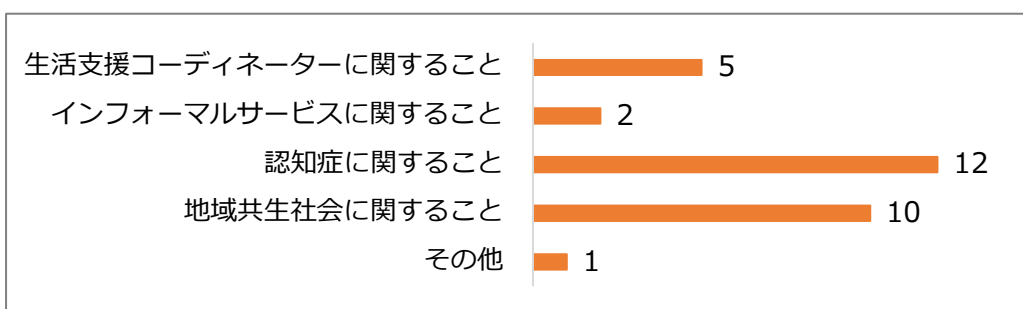
- 認知症地域支援推進員の存在を初めて知りました。もっと多くの人に知ってもらいたいです。
- 具体的にどのような活動をしているのか知らないことが多く、学びになりました。
- 今後も地域に情報提供をしてほしいです。
- 認知症の人同士が関わる機会や、ご家族の情報共有の場所となる機会を作っている点が興味深く、こういった支援の仕方もあるんだと思いました。

Q. ワークショップ（動画視聴や意見交換など）による気づきや意識の変化



- 認知症に対する捉え方と向き合い方に関して、いつもとは違う方向から見ることができました。
- 様々な立場の方が参加していらしたのであらゆる視点の考えを知る機会となり、とても貴重な場でした。発言しやすい雰囲気がとても良かったです。
- 認知症にはまだまだネガティブなイメージがありましたが、希望を持って幸せに暮らしている方、周囲で支えていらっしゃる方がいることを知ることができて本当に良かったです。認知症を特別視するのではなく、困ったときはおたがいさまの精神でサポートしあえる社会になるよう、私にできることを考えていきたいと思いました。

Q. 関心のあるテーマ



- 若年性認知症以外の人からのメッセージをどのようにきくか。

Q. その他

- 認知症のことについて、初心にかえり学びなおせたのが良かったです。
- どんな方でも参加いただける場づくりを今後も検討したいと思います。

ご参加いただき
ありがとうございました。

