

# 中田かわら版 4月号

～中田地区の地域活動をお知らせします～

発行：中田連合地区経営委員会  
制作：中田かわら版制作編集委員会

協力：中田連合自治会 泉区役所  
横浜市踊場地域ケアプラザ

## ■認知症サポーター養成講座

### 「認知症を学び地域で支えよう」

今年2月、泉区認知症キャラバンメイトによる認知症サポート養成講座が中村町内会主催で行われ同会館に73人の会員が講座を受けた。受講終了後、全員にテキスト「みんなで学ぶ認知症」とシボルのオレンジのリンクが手渡された。この日、講師役を務めたメイトは杉野忠夫（池谷）、宮田貞夫（夏刈場）、踊場ケアプラザの糸井大理の3人と泉区役所から高齢・障害支援課の大西祐子さんが進行役として参加した。



講座の様子

前半は横浜市高齢者の現況、認知症サポーター、認知症のメカニズムの話など。横浜市の場合65歳以上の人口は約80万人（2013年9月末時点）となり全人口に対して21.7%（5人に1人）、2025年には約95万人（4人に1人）となる見込みという。認知症は誰でもがかかる可能性がある脳の病気であり、脳細胞が委縮したり、働きが悪くなるため、日常生活の中で様々な支障が生じる。一番多いのがアルツハイマー型認知症で、脳にβ（ベータ）アミロイドという蛋白質が年齢と共に蓄積、脳細胞が萎縮し機能が低下していく。他には脳血管性、レビー小体型、前頭側頭型など。

中核症状として記憶力や方向・時間の感覚の低下、理解力や判断に時間がかかるなどの症状が現れる。うつ状態やもの<sup>ぬす</sup>盗まれ妄想へ。徘徊が始まるのもこの頃。診断・治療では早期診断、早期治療が重要で、一時的な病状の場合もあるので、早く受診することが重要。軽い記憶障害があっても適切に対応すれば、発症を遅らせ症状を軽く抑えることもできる。

後半は認知症の人の家族の気持ち、および、その後の変化などについて。例えば、第1ステップ「戸惑い」、第2ステップ「混乱、怒り、拒絶」、第3ステップ「割り切り」、第4ステップ「受容」という段階を経て家族は認知症の人の心理を理解できるようになる。大切なことは認知症の人も我々と同じように人格・自尊心を持っていることを知って、いたわりの心で接すること。驚かせない、急がせない、否定しないなど穏やかにゆっくり、はっきりと話すことが重要である。

今回の講座のなかで「認知症」とは何かを学んできた。が、現実には社会で起きている実態を知ると驚く。2012年の1年間で認知症または、その疑いがある行方不明者578人、死亡が確認された人は359人で、行方が分からない人219人。その死亡のほとんどが山林や河川、水路のほか空家の庭や道路上で発見されている。平成17年、厚生労働省が提唱して始まった「認知症サポーター100万人キャンペーン」は昨年12月末現在580万人を超えた。メイトやサポーターが認知症の人たちを社会全体で見守れば、先ほどの不幸な出来事も少なくできたのではないかと。最後に政府が先般、発表した官民総力挙げて取り組む「認知症対策国家戦略」についての概要が宮田氏から報告、この日の90分の講座が終わった。

（宮田貞夫）

## ■小学生が「中田音頭」で特訓

中田小学校（蒲谷 猛校長）3年4組（安西 透先生）の生徒が「中田音頭」を特訓中だ。クラスで中田の歴史や活動を調べているうち、高橋文次郎さん（中下自治会会長）から「中田音頭」のを知り、自分たちが踊りを披露することで中田の人たちに伝統文化を知ってもらいたいという願いがあった。できれば中田さくらまつり（3月29日）で発表したいと張り切っている。

（宮田）

～一人ひとりがCO<sub>2</sub>を減らす努力をし、美しい地球を子どもたちに残そう！～

# 5月のイベント

このチラシの情報をより詳しく知りたい方は、踊場地域ケアプラザ 葛西（かさい）まで問い合わせください。

TEL 801-2114 FAX 801-2923

## 【デイサービス「こちち」 介護予防体操教室】

チェアエアロビクス体操

転倒予防に絶対効果があります

良い汗かいて身体スッキリ



【会場】：デイサービス施設・こちち（葛野小隣り）

【日時】：毎月第2日曜日 午後1時30分～3時00分

【指導者】：健康運動指導師・野崎直子

【指導料】：1回・500円

【持ち物】：上履き・スニーカー等、タオル、水分

【連絡先】：デイサービス「こちち」担当・西山 木野内

**TEL 045-803-5555**

中田かわら版では、地域のイベントを掲載することが出来ます。町内会やサークル、お祭りやボランティア活動など、かわら版に掲載してみませんか。お気軽にお問い合わせください。

## ■ 寸劇フェスティバル「中田・しらゆり子育てネット」

2月15日、泉区民文化センター・テアトルフォンテにて開催された。参加8団体、来場者数342人という盛況の中、「中田・しらゆり子育てネット」ちびっ子集まれ～地域子育て支援の記録～の発表が行われた。エンディングでのオリジナルテーマソング「空たかく」では会場に感動を呼んだ。



昨年7月、中田・しらゆり子育てネット定例会の中で、中田地区社会福祉協議会、飯島猛旦会長より、「私たちの活動を寸劇で発表しませんか」という突然の問いかけに、参加している子育て支援者、親子サークルの方々が賛同して始まった。「中田・しらゆりって子育て支援進んでるよね」こんな話を耳にするようになっていた背景もある。中田第5公園では自治会(中下)で毎月公園遊びを実施したり、しらゆり公園での公園遊びでは参加者が150名を超えるなど「地域での子育て」の花が開き始めている。

寸劇の内容も実際に会議で出た話を基に作成され、地域の方たちによる稽古が始まった。そうした地域の熱い思いは周囲に広がり様々な協力が得られた。まだ観ていない方のために明かさないが、大物ゲストによる大迫力の演技も実現した。寸劇フェスティバルの様子はYCV情報チャンネル①（横浜ケーブルテレビ 地デジ101ch）にて放送予定。▶ 放送日時は、4/5, 12, 19, 26(日)14時～。（葛西）



### ・中田・しらゆり子育てネットワークとは

中田・しらゆりの子育て支援関係者が集まり、支援の課題を話し合っています。また中田地区経営委員会における「子育て支援部会」として活躍しています。

## ■ 中田かわら版（本紙）編集委員会

今年100号を迎える中田かわら版は、平成19年7月の初号から休むことなく毎月発行しており、中田連合地区経営委員会における「中田かわら版部会」として地域情報の発信に努めています。

シリーズ「この人に会いたい」や毎号読者を引きつけるテーマや文章は、この編集会議で生まれています。編集メンバーはたくさんの地域情報を持った方々で、会議では話題が尽きることがありません。今後とも「中田かわら版」をよろしくお願い致します。（踊場 cp 葛西）



かわら版編集委員

「中田白百合地域情報サイト」にて地域の最新の情報や、かわら版バックナンバーなどを調べることができます。[www.odoriba-cp.jp](http://www.odoriba-cp.jp)へアクセス！！