

2015年8月 きたざわサロン

2015年8月21日（金）晴れ 下北沢区民集会場 Aホール

13時半～15時半 サロンスタッフのミーティング

勉強会講師 下北沢あんしんすこやかセンター

参加者 スタッフ15名



毎年8月はスタッフのみのミーティングで、今回は下北沢あんしんすこやかセンターの協力を得て認知症の勉強会がメインイベントで、日退協・事務局長にも参加いただきました。

スタッフの半数は2011年2月に認知症サポーターの講習を受講済みですが、認知症予防サロンとしての活動も積み重ねてきたところで、あらためて知識を整理し、より充実した活動実践を目指すための企画です。

認知症の定義、種類、症状を復習し、医療の進歩も考えた中で、早期発見と早期対応がいかに大切かを再認識しました。

ここで、参加者は3名ずつのグループに分かれて発症者の実例をもとに「認知症になった人の気持ちになって考える」「認知症の家族の気持ちを考える」についてグループ討議をし、皆さんの討議内容の意見交換をしました。さすがにサロンの体験や実際に家族など身内での経験もあつたりして極めて活発で有意義な時間を過ごせました。

- ・自尊心を傷つけない
- ・正面からゆっくり話す
- ・簡単に伝える
- ・わかる言葉を使う
- ・相手に話を合わすといったかかわり方を学び、特に、指示・理屈攻め・否定は逆効果

とも学びました。

今後もサロンの運営の中では参加者について発症が疑われる場合いち早く「アンスコ（あんしんすこやかセンター）」と連携することも再確認。これからも認知症予防を一層心がけていきたいと思った勉強会でした。