



かしわオレンジフレンズ 活動の手引き



『認知症にやさしいまち柏』をめざして

氏名 _____

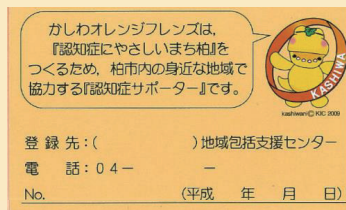
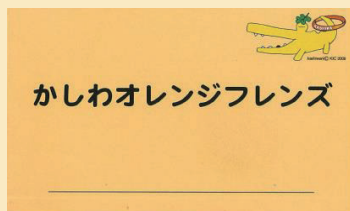
活動の手引き 目次

1	かしわオレンジフレンズとは	2
2	活動内容	3
3	活動のための基礎知識	
	(1) 認知症のかたへの声かけのポイント	5
	(2) 家族の気持ちに配慮して寄り添う	6
4	こんなときはどうしたらいいの？	7
5	相談先	11
6	早期発見・早期対応について	12
7	活動の記録	13

1 かしわオレンジフレンズとは

柏市では、認知症サポーター養成講座を受講後、地域包括支援センターの認知症地域支援推進員と協力し、認知症の普及啓発等に関するボランティア活動をしていただくかたを『かしわオレンジフレンズ』と呼んでいます。

オレンジフレンズのかたには、お住まいの近くの地域包括支援センターに登録していただき、活動の際に名札として使用できる「オレンジフレンズカード」、もしくは「オレンジリング」をお渡ししています。



名前を記入し、名札ケースに入れて、活動時に使用します。



2 活動内容

柏市の65歳以上の高齢者は、11万人を超えており、高齢化率も25%を超え、年々上昇しています。高齢者の増加に伴い、認知症の人も増加していくことが見込まれます。

認知症のかたやそのご家族が住み慣れたまちで、できる限り暮らし続けていくためには、安心できる居場所があること、また、認知症に理解があり、支え合いの体制を持った地域づくりが求められています。

認知症を正しく理解している「かしわオレンジフレンズ」のかたをはじめとし、地域の人々や地域包括支援センター、専門機関等が協力し合い、認知症のかたを温かく見守り、“認知症になっても安心して暮らせるまち柏”を目指していきましょう。



認知症にやさしいまち柏



活動の例



- ◆ 認知症カフェ・介護者交流会
 - ・会場の準備等
 - ・認知症のかたやご家族と会話・傾聴
 - ・見守り



- ◆ 啓発活動
 - ・認知症サポーター養成講座のお手伝い
 - ・アルツハイマー月間（9月）やお祭り等で認知症理解におけたPR活動

- ◆ グループホームや特別養護老人ホーム等でのボランティア

- ◆ 徘徊訓練参加

- ◆ 認知症のかたへ声かけ・見守り
 - ・地域サロンや公共施設等での声かけ
 - ・行方不明者情報の取得（LINEをはじめとしたSNSの登録）



3 活動のための基礎知識

(1) 認知症のかたへの声かけのポイント



具体的な対応の7つの心得



① まずは見守る

さりげなく様子を見守り、必要に応じて声をかけましょう。

② 自然な笑顔で、余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で落ち着いて接しましょう。

③ 声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖やストレスにつながりやすいため、できるだけ1人で声をかけましょう。

④ 後ろから声をかけない

ゆっくり近づいて相手の視野に入ったところで声をかけましょう。唐突な声かけ、とくに背後からの声かけは相手を混乱させます。

⑤ やさしい口調で

目の高さを合わせ、相手の言葉を否定せず、優しい口調を心がけましょう。

⑥ おだやかに、はっきりした口調で

耳が聞こえにくいかたもいます。ゆっくり、はっきり話すようにしましょう。

⑦ 会話は本人のペースに合わせて

一度に複数の問いかけをしないように気をつけましょう。また、結論を急がず、ゆっくり聞き、相手の言葉を使って確認していくようにしましょう。

(2) 家族の気持ちに配慮して寄り添う

認知症のかたを介護するご家族も温かく見守り、挨拶やねぎらいの声かけをお願いします。例えば、、、



「大丈夫ですか」「何かあったら言ってくださいね」

「お身体に気を付けてくださいね」

言葉が見つからない時は、まずは挨拶から始めてみましょう。

4 こんなときはどうしたらいいの？



ゴミ出し編



あれ？ご近所の〇〇さんが、今日は燃えるゴミの日じゃないのに生ごみを出している・・・

認知症のかたの中には、ゴミの分別ができなかったり、出す曜日を間違えてしまうかたがいます。



👍 対応例

「このゴミは、燃えないゴミなので、明日だせば大丈夫ですよ」「明日の朝、声をかけますので、一緒に持っていきましょう」と声をかけましょう。

「今日は燃えるゴミの日じゃないですよ!」と強い口調で伝えると、否定された気持ちになってしまいますので、自尊心を傷つけないよう配慮しましょう。



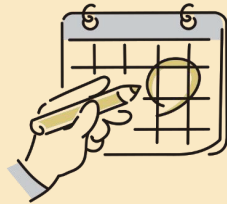


友人編



長年一緒にいた友人が、同じ話を繰り返したり、約束や話したことを「知らない」などと言ったり、様子がちがう…

同じ会話を繰り返す、話した内容を知らないといった症状は、認知症により会話そのものを本人が忘れていた可能性があります。



対応例

否定したり、怒ったりせず、相槌を打つなど穏やかな対応を心がけましょう。また、大切な内容は紙に書いて本人へ渡したり、目にする場所に貼るなど工夫しましょう。

あたたかな周りの対応次第で、状況は大きく変わります。私もあなたも、誰でもなる可能性のある認知症。これまでどおり安心して生活が続けられるように本人を応援しましょう。

また、状況によっては家族や専門機関に相談をすることで、早期発見に結び付けられることもあります。



道で迷っている編



疲れた表情で道を歩いている高齢者の男性。同じ道を行ったり来たり、不安そうに立ち止まったりしている…

何か目的があって外出したものの、見当識障害で、自分の行き先や居場所、帰り道がわからなくなることがあります。



対応例

「どちらへ行かれるのですか」と困りごとがないか確認しましょう。

道に迷っているとわかった場合は、「お茶を飲んで休んでから行きましょう」などと声をかけ、なるべく一人にしないようにしましょう。

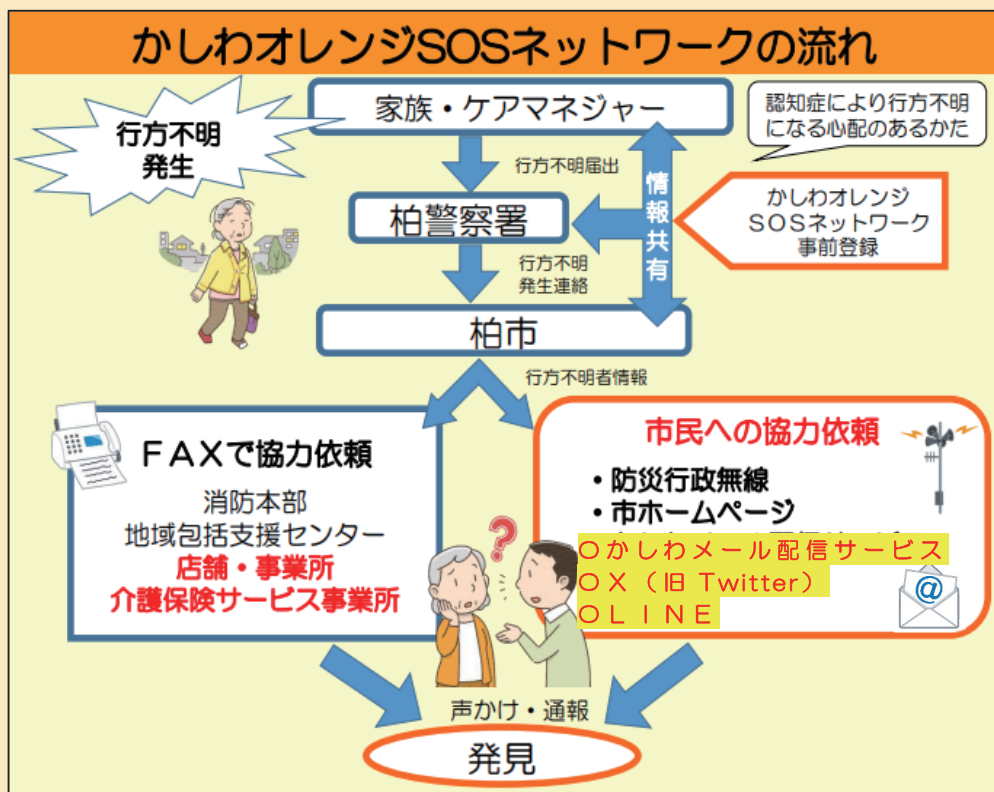
◎ こんなときは、最寄りの交番もしくは警察署(110番)に「道に迷っているかたを見つけました」と連絡して下さると、本人・家族の安心や安全につながります。



かしわオレンジSOSネットワークにご協力を!

柏市では、認知症等で行方不明となった高齢者の情報をメール、ホームページ、FAX等で市民や市内の協力事業所に配信し、捜索協力をお願いしています。

本ネットワークにご協力いただけるかたは、**下記の登録**をお願いいたします。



☞登録の方法は、柏市ホームページ内の「かしわオレンジSOSネットワークにご協力を」をご覧ください。

5 相談先

地域包括支援センター

高齢者の総合的な相談窓口です。
介護や認知症に関する相談やサポートを行います。



名称	所管地域	住所	電話番号(04)
柏北部地域包括支援センター	田中	小青田1-2-7 アスタリスク102号	7140-8818
柏北部第2地域包括支援センター	西原 柏の葉	西原2-9-4 ネオス1階	7154-0200
北柏地域包括支援センター	富勢	布施1-3 介護老人保健施設 はみんぐ1階	7130-7800
北柏第2地域包括支援センター	松葉 高田・松ヶ崎	大山台2-3 モラージュ柏2階	7179-5500
柏西口地域包括支援センター	豊四季台	豊四季台1-3-1	7142-8008
柏西口第2地域包括支援センター	旭町 新富	豊町2-5-25 イオンモール柏3階	7147-8001
柏東口地域包括支援センター	柏中央 新田原	東上町2-6 久大マンション1階	7168-7070
柏東口第2地域包括支援センター	富里 永楽台	中央2-9-12 リッツハウスC号室	7192-6610
光ヶ丘地域包括支援センター	光ヶ丘 酒井根	今谷南町4-20	7160-0003
柏南部地域包括支援センター	藤心 南部	南増尾58-3 リフレッシュプラザ柏1階	7160-0002
柏南部第2地域包括支援センター	増尾	加賀3-16-8 ほのぼのプラザますお内	7170-9300
沼南地域包括支援センター	風早北部 風早南部 手賀	風早1-2-2 沼南社会福祉センター1階	7190-1900
沼南地域包括支援センター 高柳相談窓口		高柳1-6-6 ヤオコー柏高柳駅前店3階	7199-3660

6 早期発見・早期対応について

(1)「かしわもの忘れチェック」

(認知機能簡易チェック)

認知症は早く気づき、必要な相談や治療、サービスを受けることによって、症状や進行が緩やかになる可能性があります。

柏市では、気軽に、そして簡単に認知機能のチェックができる「かしわもの忘れチェック」をご案内しています。

【チェックシート】



☎地域包括支援センター、近隣センター、柏駅前行政サービスセンター等で配布しています。

【チェックサイト】



☎こちらの二次元バーコードを読み取ることで、チェックサイトにアクセスできます。

※本人用と家族・介護者用があります。

※チェックサイトの利用料は無料です。(通信料は自己負担になります)

(2)かしわ認知症対応ガイドブック



認知症の病態に応じた対応方法や適切な医療・介護サービスを受けるための一助となる「かしわ認知症対応ガイドブック」を作成しています。

市内12か所の地域包括支援センターや近隣センターでお配りしています。



☎柏市ホームページからもご覧いただけます。

7 活動の記録

スムーズな活動のために、オレンジフレンズとして登録した地域包括支援センターを記入しておきましょう。

● 登録先の地域包括支援センター

() 地域包括支援センター

(☎ — —)

(☎ — —)

担当職員

担当職員



オレンジフレンズ活動の予定



活動予定日時	活動内容	場所



オレンジフレンズ活動の記録



活動日	活動内容	感じたことなど

メモ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



<参考文献>

- ・認知症サポーター養成講座標準教材（全国キャラバンメイト連絡協議会発行）
- ・あんしん一声運動～活動の手引き～（松戸市）
- ・認知症サポーターガイドブック（横浜市）



柏市 地域包括支援課

〒277-0005

柏市柏5丁目8-12 教育福社会館

TEL:04-7167-2318

FAX:04-7167-8381

令和6年3月発行