

## 自分らしく暮らしを続けることができるという考えを！ ～2024ながおかワーク&ライフセミナー第2講座～

1月23日（土）午後2時から、長岡アオーレ長岡市民協同ルームで2024ながおかワーク&セミナー第2講座「誰もが安心して認知症になれるまち、ながおかを目標して 認知症講座」を開催し、35名が参加しました。

第2講座は、「ながおか認知症の人と笑顔でい隊」が企画開催。ながおか認知症の人と笑顔でい隊の佐藤さんから、「私たちの団体は2019年に設立。本日は3部構成で、①認知症基本法について、②認知症サポーター養成講座、③介護休業法について行います。」とあいさつされました。



次に主催者を代表して矢島長岡地区労働者福祉協議会長から「長岡地区労福協は、地域の労働者福祉、高齢者福祉の向上、安心社会、共生社会を創るため生活者の目線をつながりを持っていくために、セミナーを行っている。」とあいさつがありました。

第1部は、最初に各テーブルで自己紹介を実施。参加者の認知症に対するイメージなどを発表。次に、今年1月から施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」を説明。本法律は認知症本人の声を取り入れた法律であり、具体的な推進計画は国会審議中だが、自分らしく暮らしを続けることができるという考え方を持った＝新しい認知症の醸成を目的としたもので、これから新たな具体的活動が示されてきます。



第2部は、認知症サポーター講座を開催。サポーターは、約12%の人々が受講済みです。認知症という呼称は2004年に「痴呆」から「認知症」に変更されました。本日は、認知症本人の視点など、対話と想像力を使いながら、例題に対する解答ゲームを行い、認知症のことを学びました。認知症の人が何を思い、何をするのか、そのために私たちが何をすればいいのか？等カードゲームで一定の方向を確認できました。

次に生活環境について。①眼や耳、鼻、肌に優しい環境、②身体への負担が少ない環境、③惑わさない、混乱させない環境、④意味や情報が確実に伝わる環境をデザインすることの重要性が述べられた。具体的には、中身が見えない家具は置かない、抽象的なデザインは使用しない、普段の生活に必要なものは誘導線上に配置する、光反射を考慮する、薄暗い環境は明るくすることなど環境原則が紹介されました。



第3部は、仕事と介護の両立支援について産業ケアマネの川上さんから「認知症の家族との関わり、介護離職を防ぐ方策」を講演。今の働き方を変えずに仕事を続けながら介護をするやり方が報告。①まず会社に介護状況を報告する②家族や近所の方と仲良くする③介護保険申請を早めに行う④介護を深刻にとらえずに、自分の時間を確保することが大切と力説されました。

介護は、「他人事」から、「我がこと化」が重要です。

あっという間のセミナーでした。認知症講座、介護休業講座を生かし、普段の生活でも認知症の人に対する認識を変えていくことが重要と思いました。

ながおかワーク  
＆  
ライフセミナー  
第2講座  
**認知症講座**  
ながおかを目標に

本人・家族・企業・サポーター  
みんなで創る共生社会

開催日時  
**11/23** 土  
14:00～16:00 (受付13:30～)

会場：アオーレ長岡 市民協働ルーム  
第2・第3ルーム

2024年1月1日に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、認知症についても新たな時代がスタートします。この機会と一緒に学んでみませんか

POINT 1 /  
認知症基本法  
新しい認知症観

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」及び、重点目標に挙げられている「新しい認知症観」の解説

POINT 2 /  
認知症世界の歩き方  
認知症サポーター養成講座

認知症の本人の視点など、対話と想像力を使いながら一緒に学んでいきましょう  
\*テキスト無料プレゼント

POINT 3 /  
産業ケアマネ講話  
講師：川上洋平さん

仕事と介護の両立支援について、企業内で増加するビジネスケアアラールの支援には、今何が必要か解説します。

定員 先着40名    講座開催団体 **ながおか認知症の人と笑顔でい隊**

参加費 **無料**    長岡ワーク&ライフセミナー主催団体 長岡地区労働者福祉協議会  
共催 (公財)新潟ろうきん福祉財団 (一社)新潟県労働者福祉協議会  
後援 長岡市・長岡市教育委員会

この事業は公益財団法人新潟ろうきん福祉財団の公益支出事業を主たる財源として開催します

申し込み先  
長岡地区労働者福祉協議会  
事務局 連合中越地域協議会

☎ 0258-86-0111 平日 9:00～17:00  
FAX 0258-86-0884  
✉ nagaokarouhukukyou@gmail.com