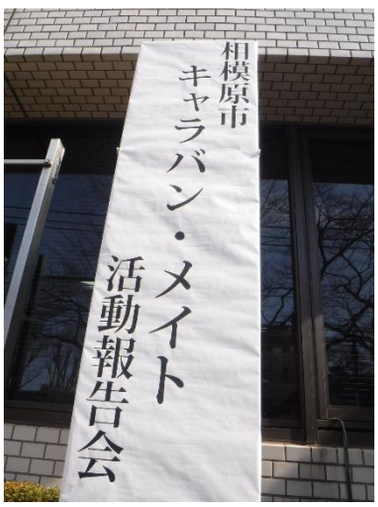
相模原市キャラバン・メイト連絡会

発行：2019年3月

キャラバン・メイト通信

ご報告

平成30年度相模原市 キャラバン・メイト活動報告会 を開催しました！



第４回となる相模原市キャラバン・メイト活動報告会が、今年も開催されました！！総勢104名の方にご参加頂き、今年も有意義な報告会となりました。

今年の活動報告は、メイトとしての活動のこれまでの振り返りとこれからの期待、認知症サポーター養成講座から広がった地域の活動や図書館との連携についての取り組み、そして地域の民生委員さんによる認知症についての劇の３つを発表していただきました。

そして認知症の当事者、ご家族から直接お話をお伺いし、地域で求められるサポートについて、活動発表をされた皆さんと、そして会場の皆さんとディスカッションしながら、考えていく場となりました。皆さま、本当にありがとうございました！！

『キャラバン・メイト活動を振り返って
～これからのキャラバン・メイトに期待される役割～』

『地域づくりの視点からの取り組み報告』

『パネルディスカッション』

劇団『みんみん』による認知症についての劇が披露されました！

藤野の地域で活動されている劇団『みんみん』さんは、民生委員さんを中心に構成されており、子どもから大人まで、認知症についてわかりやすく理解を深めて欲しいと、演技力の高い劇を披露してくださいました！

入院をきっかけに認知症の症状が現れてしまった女性を、家族・友人・地域のサポート体制が本人を支え、認知症になっても笑顔で生活ができる事を、劇の中でわかりやすく伝えてくれました。

認知症サポーター養成講座
お役立ち情報

DVD貸出のお知らせ

認知症サポーター養成講座の教材である事例のDVDが、今回、新たに５本貸し出し可能となりました！

・スーパーマーケット編
・マンション管理編
・訪問業務編
・交通機関編
・金融機関編

各高齢者相談課、地域包括ケア推進課で貸し出しをしています。
ご希望の方はお問合せください。

アイスブレイク～交差してポン！～

ルールは簡単！アイスブレイク担当の講師役の人が皆さんの前で両手を挙げて交差したら、皆さんに手を『ポン』と叩いてもらいます。

ポイントとしては、頭の上で交差するようにしましょう。フェイントをかけ、交差をせずに頭をポリポリかいたり頭の上で手をたいたり、手をおろしたり・・・。

参加者のみなさんが、間違えて手をたたいてしまうようなフェイントをかけると、笑いがおこり、楽しい場作りとなります。

認知症のリスクを上げる病気!?－糖尿病－

九州大学が行っている「久山町研究」では、糖尿病の患者さんは認知症の合併が多いことが明らかになってきています。

糖尿病のある人ではそうでない人に比べ、アルツハイマー病や脳血管性認知症の発症リスクが２～４倍に上昇すると言われています。脳卒中や虚血性心疾患などの心血管疾患にもなりやすい糖尿病。日ごろから、バランスの良い食事や適度な運動などを心がけ、糖尿病予防にも認知症予防にも取り組んでいきたいですね。

参考：久山町研究HP・厚労省HP

【キャラバン・メイト連絡会のご案内】

キャラバン・メイトの皆さまに、認知症サポーター養成講座の開催情報や研修・イベントなどのお知らせをメールやホームページで配信を行っております。

まだご入会がお済みでない方は、下記事務局までご連絡ください！

皆様のご入会をお待ちしております。

ホームページはこちら　↓↓↓↓

http://caravanmate.jp

ぜひ、ご覧ください。

平成３１年度の予定

- **総会（5月18日（土）午後）**
- **キャラバン・メイト養成研修（夏頃予定）**
- **スタートアップ研修（夏頃予定）**
- **現任研修（秋頃予定）**

＊詳細については随時、メールやお手紙・ホームページでお知らせします。

監修　NPO法人 Link・マネジメント
〒252-0206 相模原市中央区淵野辺4-4-2
TEL: 042-707-1603　FAX: 042-786-6631
e-mail: sagami-mate.network@link-npo.com

事務局　相模原市地域包括ケア推進課
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15
TEL: 042-769-9249　FAX: 042-769-5708