相模原市キャラバン・メイト連絡会

発行：2019年9月

キャラバン・メイト通信

今年は梅雨の時期が長かったですね。そして暑い熱い夏が台風の訪れと共に、通り過ぎて行こうとしている今日この頃、皆様、いかがお過ごしでしょうか。

認知症サポーター養成講座は、例年、秋頃に開催が多い傾向があります。

涼しくなり、落ち着いて学びを深める時期として最適なのかもしれません。

キャラバン・メイトの皆様にご協力を頂きながら、今年も多くの認知症サポーター養成講座が開催できたらと思います。ご理解・ご協力のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。

新しいキャラバン・メイトが誕生しました！

相模原市キャラバン・メイト養成研修　7月30日開催

今年度は、新たに３８名のキャラバン・メイトが誕生しました！

例年よりは、少なめの人数となりましたが、各地域で活躍が期待できる、新たな仲間をお迎えすることができました。

先輩メイトさんたちと一緒に、地域で認知症サポーター養成講座、頑張っていきましょう！！

キャラバン・メイトスタートアップ研修

８月6日に、新しいキャラバン・メイトの皆様とまだ認知症サポーター養成講座の開催に自信がない方を対象に、講座の具体的な内容の組み立てについて学ぶ体験型研修を行いました。

今年もグループごとに、アイスブレイク、講話、寸劇を練習し、発表し合いました。

講座開催のイメージが持てた、楽しく有意義な研修会となりました。皆様、お疲れ様でした！

お知らせ

相模原市キャラバン・メイト連絡会

会員証を発行いたします！

兼ねてからご要望がありました『会員証』を発行することとなりました。個人写真やキャラバン・メイト番号を記載した証明書となります。なお、発行は任意となります。

会員証の発行を希望される方は、事務局までご連絡ください。

相模原市キャラバン・メイト連絡会事務局（NPO法人　Link・マネジメント）

電　話　042－707－1603

E-mail　sagami-mate.network@link-npo.com

皆様のご来場
お待ちしております！

世界アルツハイマーデー普及啓発イベント
「助けられ王国さがみはら」

認知症になってもお互い様の、助け合える
さがみはらを目指した市民による市民のための
イベントです。

日　時：令和元年９月２１日（土）
　　午前９時３０分～午後４時
場　所：あじさい会館

９:３０～開会式、鼓笛隊パレード
【午前】
ホール：『認知症の理解』『家族のお話』
３　階　：『パーソンセンタードケア』
　　『認知症カフェ情報交換・交流会』
６　階　：『絵本の読み聞かせ』
　　『コグニサイズ体験』
　　『認知症家族の会相談コーナー』
ロビー：『パネル展示』『カフェじゅり』
　　『かくれんぼスタンプラリー』　その他
【午後】
ホール：映画
　　『ぼけますからよろしくお願いします。』
３　階：『あじさい音楽カフェ』
　　『認知症カフェ情報交換・交流会』
６　階：『認知症スクリーニングテスト』
　　『瞬発力テスト』『専門スタッフの相談』
　　『ボッチャ体験』　　その他
１５：３０～閉会式

検索	相模原市　世界アルツハイマーデー

【キャラバン・メイト連絡会のご案内】

キャラバン・メイトの皆様に、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

認知症サポーター養成講座
お役立ち情報

アイスブレイク～親指・小指体操～

1）両手を軽く握って、前に出してもらいます。片方の手は親指を立て、もう片方の手は小指を出します。
2）次は反対の手が親指を立て、先ほど親指を立てていた手は、小指を立てます。左右交互に、親指と小指を互い違いに出したり引っこめたりをリズム良く続けてい

両手とも親指を出してしまったり
小指をひっこめるのが難しかったり
身体全体が変な動きになったり、自然に笑いがおこってくるかもしれません♪

（出典：マイナビサイト）

コミュニケーション力をあげよう！
～メラビアンの法則～

認知症の方への接し方など、養成講座でお話をすることも多いと思います。どのように声をかけたらいいか、どのような言葉がいいかなど質問を受ける事があります。有名な『メラビアンの法則』では、第一印象は「視覚」55%、「聴覚」38%、「言語」7%という比率に決まっていると言われています。不安な気持ちでいる相手と関わる時、「言葉」は大切ですが、それ以上に相手は目から入る情報で安心を得る事が多いのです。優しい微笑みで「視覚」に働きかけ、そして落ち着いたトーンでゆっくりと「聴覚」にも安心を働きかけて、コミュニケーションを取っていきたいですね。

今後の予定

１０月２６日（土）午後
キャラバン・メイト現任研修
＊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