相模原市キャラバン・メイト連絡会

発行：2021年3月

キャラバン・メイト通信

少しずつ暖かくなり春の訪れを感じる今日この頃、みなさまいかがお過ごしでしょうか。
未だ新型コロナウィルスの終息が見えず、みなさんと集まる事が出来ていませんが、オンラインを併用した新しい生活様式は、認知症サポーター養成講座にも少しずつ取り入れられ、これまでなかなか参加できなかった方が『オンラインなら』と参加してくださったという声なども聞かれています。また、キャラバン・メイト同士の交流会もオンラインで開始しました。
つながりが途絶えないよう、一歩ずつ出来る事を進めていけたらと思います。
今後もご協力のほど、どうぞよろしくお願い致します。

ご報告

キャラバン・メイト養成研修

新しいキャラバンメイトが21名誕生しました！

2020
12/22

今年度は、新型コロナウィルス感染拡大防止のため、当初予定されていた７月の開催は延期となりましたが市職員・包括職員を対象としたキャラバン・メイト養成研修が開催されました。
人数を制限して小規模開催となりましたが、今年も無事に、頼もしい仲間が増えました！！

キャラバン・メイトカフェ（メイト同士の交流会）開催しています

キャラバン・メイトカフェは、市内のキャラバン・メイト同士の交流、活動メイトのネットワーク作り、認知症やメイト活動に関する情報の共有と刷新、フォローアップ等を目指して、開催をはじめました。
当初は、みんなで集まってお茶を飲みながらお話をしていく場をイメージして企画していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止により、当面はオンラインで行っていきます。
キャラバン・メイト連絡会の運営委員が順番でホストを務め、途中で地域別のグループに分かれて少人数でお話をするなど、みなさんと楽しい時間を過ごしていけたらと思っています。
これまでに、準備会を含めて３回開催し、１月23日に開催した際は、14名が参加されました。
キャラバン・メイト現任研修の場で要望が多くありました『オンライン講座の練習』『情報交換・交流の場』としていけたらと思います。
皆様のご参加、心よりお待ちしております。（今後の開催日程はメールでご連絡いたします）

オンライン開催の様子

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①
『漢字いくつ分かるかな？』

1 まず漢字の構成部首のお題を出します。
『偏』や『冠』などから好きなものを選び,参加者に考えてもらいます。
(お題の例：木偏の漢字、ウ冠の漢字…など)
2 皆で発表していき、同じ漢字を言わないように、多くの漢字を言えた人が勝ちです。

普段見聞きしている漢字なのに、思い出そうとするとなかなか出てこなかったりしますよね。

アイスブレイク②
～『肩の上げ下げゲーム』～

リーダーを1人決めてもらい、
リーダーの言うとおりに、
皆で肩を上げたり、下げたりするゲームです。
例：「右肩を上げて、左肩を上げる。」
「右肩は下げないで、左肩は上げる。」
最後まで間違えずに残った方が勝ちです。
※最初はゆっくりにし、慣れてきたら速さを上げていくと盛り上がります。
肩上げゲームは、雰囲気を変えるだけでなく、硬くなっている体をほぐす効果も期待出来ます。

《 “認知症サポーターの証”となるグッズについて 》

平成17年より、認知症サポーター養成講座を受講した方には、認知症サポーターの証として**「オレンジリング」**を配布してきましたが、令和３年度より**「認知症サポーターカード」**に変更になります。ネームカードホルダー等に入れて身に付けられるほか、お財布や定期入れ等に入れて携帯し必要に応じて提示し、安心して声掛け等ができるように配慮したサイズになっています。裏面には、受講時に学んだ内容を振り返られるように、認知症サポーターの心得が印刷される予定です。

＊大人向け

＊こちらの写真はイメージです。
(相模原市版のカードは作成中です)

＊子供向け

【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

【会員証発行のご案内】

キャラバン・メイト連絡会では『会員証』を発行しています。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。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。

なお、発行は任意となります。

イラスト出典：イラストAC

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-po.com

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: 042-769-9250　FAX: 042-769-5708