



# キャラバン・メイト通信



日中は夏と変わらないような暑い日もありますが、日が落ちるのが随分と早くなってきました。みなさま、体調など崩されたりしていないでしょうか。

さて、今年度7月より、相模原市のチームオレンジ（認知症サポーター活動促進・地域づくり推進事業）が本格的に始まりました。本事業は、認知症サポーター等のみなさんと認知症のある人やその家族がもつ個性を活かし、つながることで、ともに支えあう活動を広げて、認知症とともに暮らせるまちづくりを進めていくことを目標とし、事業の推進のために、拠点としてサポートセンターも設置されました。チームオレンジには、市内の認知症サポーター養成講座・ステップアップ講座を受講した、または受講予定の方が参加（登録）することができます。相模原市のチームオレンジの推進のために、ぜひ今後ともみなさまのご協力をいただきたく、どうぞよろしくお願い致します。

## ご報告



### キャラバン・メイト現任研修でステップアップ講座を開催しました！

7月から本格始動するチームオレンジに先立ち、6/14（オンライン）、6/19、6/21、6/26は各区の会場でチームオレンジについての研修とステップアップ講座が開催されました。

今後、キャラバン・メイトのみなさまにも認知症サポーター養成講座と共に計画開催していただくステップアップ講座については、活発な意見交換も行われました。

今後もサポートセンターなどでもステップアップ講座を開催予定です。より多くのキャラバン・メイトの皆様を受講していただき、皆様とともに相模原市のチームオレンジを広げていけたらと思います。



## ご紹介



### チームオレンジサポートセンター

7月にチームオレンジの拠点となる相模原市チームオレンジサポートセンターが開所しました。サポートセンターでは専任のチームオレンジコーディネーターが配置されており、チームオレンジの活動推進のための支援やコーディネート、認知症に関する相談支援、居場所づくり、様々なイベント開催、認知症に関する活動団体等の活動の場の提供なども行っています。

みなさまも是非お気軽にお越しください！

オレンジの看板とさがみんが目印です！

## イベント情報

### サポートセンター イベント

イベント名	開催日時	場所
認知症 不安だったら一緒に話そう！ミーティング	月に1回 ※場所は月によって変わります	サポートセンター 南区（出張） 緑区（出張）
知ろう学ぼう認知症サロン	第3月曜午後	サポートセンター
みんなの居場所『チーオレcafe』	第2・4火曜 10:00~15:00	サポートセンター
家族の相談日	第2・4火曜 10:00~15:00	サポートセンター

他にもイベントは盛りだくさん！みなさまと一緒にイベントをつくります  
詳しくはサポートセンターまでお問い合わせください  
※開催日時や場所は変更になる可能性があります

## アクセス



JR横浜線「淵野辺駅」北口より徒歩7分  
駐車場はありませんのでご注意ください

相模原市中央区淵野辺4-4-2-102  
(開所時間：9時～17時)

TEL：080-5650-0254 FAX：042-786-6631

## 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

##### キャッチ（全員が輪になって・・・）

- 1) 基本ポーズをつくります。
  - ・左手で「輪」をつくり、体のすぐ横で肩の高さまであげます。
  - 右手の人さし指を、隣の人が左手で作ったくっついた輪の中に入れます。（第二関節あたりまで）
- 2) やり方
  - ・ファシリテータの「キャッチ！」の掛け声で、左手を握り、隣の人を指を掴みます。同時に、右手はつかまれないように指を輪のなかから抜き去ります。
  - 何回か「キャッチ！」の掛け声を繰り返します。



#### アイスブレイク②

##### 『好きなもの』

準備するもの：質問用紙・ペン

- 1) 4～6人のグループに分かれる。質問を書いた用紙を配布する。
- 2) 好きな色、食べ物、行きたい国、この後やりたいことを箇条書きしてもらおう。お互いに見せないようにする。
- 3) カードを回収し、シャッフルして無作為に配る。配られたカードを順番に声を上げて読み、誰のものかを皆が書き留める。
- 4) 全部のカードを紹介し終えた後、読み上げた人がこれは何方ですか、と訪ね回答を得る。

質問用紙の例



1. 好きな色	
2. 好きな食べ物	
3. 行きたい国	
4. この後やりたいこと	

(イラスト出典：「いらすとや」)

## ご案内

#### 【キャラバン・メイト連絡会のご案内】

キャラバン・メイト連絡会では、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。

また、ホームページの会員専用ページからは、お役立ち情報や、新しく始まったステップアップ講座の参考資料もダウンロードもできます。

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。

皆さまのご入会をお待ちしております！

ホームページはこちら↓↓↓↓

<https://caravanmate.jp/>

#### 【チームオレンジのご参加（登録）のご案内】

キャラバン・メイトの皆様もステップアップ講座を受講した、または受講予定の方はさがみはらチームオレンジに参加(登録)することができます。スマートフォン等で専用の二次元コードから氏名やメールアドレス、住所、電話番号等、必要事項を入力すると、参加(登録)ができます。

『個人』としても、『団体』や『企業』としても参加が可能で、参加者(登録者)には、認知症のある人の「困っていること」や「やってみたいこと」などの情報や、地域の認知症に関する活動の情報等もお送りします。また、専用のHP等を通じて、参加団体や企業のみなさんとのつながりの場や取り組み等もご紹介していきます。

皆様のご参加をお待ちしております。

登録用QRコードはこちら↓↓↓↓



事務局

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