



# キャラバン・メイト通信



年が明け、春がひときわ待ち遠しく感じられますが、みなさま、いかがお過ごしでしょうか。さて、昨年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）が本格的に開始し、キャラバン・メイトのみなさまにおかれましても、ステップアップ講座の開催や啓発活動等、多大なご協力を頂きました。相模原市のチームオレンジは、県内初の個人・団体・企業が参加でき、市全体とともに支え合いのまちづくりを目指す取り組みであり、共生社会の実現に向けて、さらなる推進と発展が必要です。

今後ともぜひみなさまのご協力をいただきたく、引き続きどうぞよろしくお願いいたします。



## スタートアップ研修を開催しました

台風のため順延していたスタートアップ研修を、昨年10/10に相模原市民会館にて開催しました。今年度は、17名の方に参加していただきました。

講座の組み立てなどを学んだあと、実際にグループ毎にアイスブレイクや講話、寸劇を実践し、他グループからの感想を共有したり、先輩キャラバン・メイトのみなさまから助言をいただいて、これからの活動に活かせる内容となりました。

参加者のみなさまからも、楽しみながら理解を深めることができた、実際に行う場合のイメージがついたといったお声を頂きました。これから一緒に、地域で認知症サポーター養成講座を開催出来るのがとても楽しみです！



## 南区でキャラバン・メイトと認知症支援推進委員の交流会開催！

昨年10/30に南保健福祉センターで、区内の地域包括支援センターの認知症地域支援推進員のみなさまと、市民メイトのみなさまの交流会を開催しました！

合計25名の方に参加していただき、和気あいあいとした雰囲気の中で、地域包括支援センターとの情報交換を行ったり、キャラバン・メイトのみなさま同士、出会いと交流の場となりました。



## ステップアップ講座が始まっています！

- チームオレンジの開始に伴い、認知症サポーター養成講座で「ステップアップ講座」を開催していただくことになりました。昨年7月以降、開催実績も徐々に増えてきています。ステップアップ講座用の参考資料は、キャラバン・メイト連絡会のホームページの会員専用ページからダウンロードすることができます。皆様の講座開催の際にぜひご活用ください！

- ステップアップ講座について、まだ受講されていない方や、ご不明な点がございましたら、下記までお気軽にお問い合わせください。
- お問い合わせ：キャラバン・メイト連絡会事務局
- TEL：042-707-1603
- E-Mail：sagami-mate.network@link-npo.com

## 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 あなたがたどこさ

#### ★おすすめ方

- ① 2人で向き合って座る。
- ② 「あなたがたどこさ」「ひごさ」「ひごどこさ」「熊本さ」「熊本どこさ」「せんばさ」「せんば山にはタヌキがおってさ」「それを猟師が鉄砲でうってさ」「にてさ」「焼いてさ」「くってさ」「それを木の葉でチョットかぶせ」、の「さ」のところだけ2人の手と手を合わせる。「さ」以外のところは手拍子をする。
- ③ 最後の「ちょっとかぶせ」の「せ」のところは、お互いの肩に両手をのせる。



(イラスト出典:「いらすとや」)

### アイスブレイク② 共通点グランドスラム!

人数:1グループ4~8人,グループ数は特に制限なし  
所要時間:10分~20分

必要物品:A4サイズ白紙、ペン

#### ★おすすめ方

- ① グループごとに分かれて着席します。グループメンバーは5~6人がやりやすいです。不特定多数の場合は、メンバーのバックグラウンドが偏らないようなグループ編成にします。
- ② グループに1枚ずつ白紙を配ります。
- ③ グループメンバーで情報を出し合いながら、「共通点」をさがし、見つかったものから紙に書きだしていきます。共通点のさがし方はグループのやり方にまかせる。
- ④ 全ての人数欄が埋められたらグランドスラム達成!
- ⑤ ファシリテータは「まず、すべての人数での共通点を見つける」ことを促してください。
- ⑥ 全員が出そろったら終了!(あまりにも時間のかかるグループがあればタイムオーバーにしても可)
- ⑦ 各グループから、それぞれ見つかった共通点を発表してもらいます。

#### 第〇班共通点グランドスラムの結果

- 1人:沖縄出身
- 2人:スカイツリーに上った
- 3人:認知症サポーター
- 4人:肉より魚が好き
- 5人:2種類以上の薬を飲んでいる
- 6人:初恋は小学生の時

グランドスラムを達成した  
結果用紙の例

## 豆知識

認知症サポーター養成講座などで、最近のニュースや認知症関連の話題についてお話することもあるかと思えます。

今回は、みなさまもご存知、昨年閣議決定された「認知症施策推進基本計画」とその中で定義された「新しい認知症観」についておさらいしてみましょう。

### 【認知症施策推進基本計画について】

共生社会の実現を推進するための認知症基本法に基づいた国の認知症施策の基本計画である「認知症施策推進基本計画」が、令和6年12月3日に閣議決定されました。

共生社会の実現を目指すほか、認知症のある人本人の声を尊重し「新しい認知症観」に基づき施策を推進することが示されました。

### 【「新しい認知症観」とは】

『認知症施策推進基本計画』では「新しい認知症観」を次のように定義しています。

- ① 誰もが認知症になり得ることを前提に、国民一人一人が自分ごととして理解する。
- ② 個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間と共に、希望を持って自分らしく暮らすことができる。

参考) [PDF]認知症施策推進基本計画(概要) 令和6年 - 内閣官房

[https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/ninchisho\\_suishinhonbu/pdf/kihon\\_keikakugaiyou.pdf](https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/ninchisho_suishinhonbu/pdf/kihon_keikakugaiyou.pdf)

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