



ガーデンくん

令和7年5月

第29号



スクエアちゃん

発行：スクエアガーデン地域包括支援センター

所在地：岡崎市羽根町中田 34

TEL：57-1133 FAX：57-0133

URL：taihoukai.or.jp/houkatsu/

Mail：sg-houkatsu@taihoukai.or.jp



## 認知症サポーター養成講座を開催

岡崎市では、「認知症、笑顔で暮らせる岡崎市」をキャッチフレーズに、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指しています。今回は、羽根小学校と、岡崎郵便局から依頼があり、認知症サポーター養成講座を行いました。

### 認知症サポーターとは

特別な資格ではなく、認知症の仕組み、対応方法について学び、関心を持ち、認知症の方やその家族が安心して暮らせるように自分の出来ることをする人です。講座を修了した方には、サポーターカードやキーホルダーを渡しています。

岡崎市内の認知症サポーター数：累計 36501 名

R7年2月末現在



### 2月27日（木） 羽根小学校

5年生の生徒が授業の一貫で受けました。グループワークの発表や認知症クイズでは、子ども達が一生懸命考え、発表してくれました。講座後の感想では「認知症のことが知れて良かった」「認知症の人には優しく接したい」などの声が聞かれました。



### 2月14日（金） 岡崎郵便局

市内にある支店の職員、総務部、窓口職員、配達員など、約20名が受講しました。認知症の方との具体的な接し方についての質問が複数あり、熱心に聴講されていました。講義後のアンケートでは「講義を仕事に活かしていきたい」という感想もいただきました。



地域包括支援センターでは、認知症についての理解を広める活動を今後も続けて参ります。皆さんも認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る「認知症サポーター」になりませんか。認知症サポーター養成講座の開催情報は、岡崎市の市政だよりをご覧ください。

# 令和6年度 1年間の活動のまとめ



## 高齢者相談の状況

内容	延べ件数（複数回相談あり）
介護	6253件
認知症	217件
生活支援	162件
医療	225件
障がい	5件
住まい	216件
介護予防	120件
成年後見	31件
虐待	54件
上記以外	268件

## 健康長寿のお手伝い

- **One point ケアレッスン・家族介護者教室**  
7/3(水)、11/6(水)、3/5(水)開催
- **岡崎ごまんぞく体操**  
羽根学区：8団体 城南学区：5団体
- **出前講座（シニアライフ講座）**  
老人クラブなどからの依頼で38回実施
- **ウエルカフェ**  
7/22(月)「お薬について」  
1/30(木)「腰痛について」
- **城南学区夕涼み会**  
出店：健康クイズラリー 8/17 実施  
明治安田生命と協働し健康測定会

## 認知症にも優しいまちづくり

- **認知症サポーター養成講座**
    - ・4/19 戸崎長生会（老人クラブ）
    - ・10/1 羽根学区福祉委員会
    - ・2/14 岡崎郵便局
    - ・2/27 羽根小学校5年生
- 参加者合計 136名

## 地域づくりのお手伝い

- **「シニアの暮らし便利帳」検討会議**  
会議回数：10回  
内容：・便利帳内容検討・作成  
・便利帳マップ作成  
・地域課題の意見交換等
- **防災訓練への参加** 城南学区 2回
- **南部ふれあい祭りへの参加** 8/20,8/21

## 第3回 家族介護者教室を開催しました！



3月5日(水)に「高齢者の食事～誤嚥性肺炎を防ごう～」というテーマで、岡崎共立病院 管理栄養士 市原先生を講師に招き講座を行いました。

始めに、食べることは単に飲み込むことだけでなく、食べ物を認識すること、口まで運ぶ動き、咀嚼して飲み込むまでを無意識で行っていると学びました。さらに実際に物を飲み込んでいる映像や誤嚥している映像を見ることで、わかりやすく理解することができました。高齢者の特徴や噛みやすいもの飲み込みやすいものの紹介があり、実際トロミの濃度の異なるお茶やジュースで、飲み込みの違いを体験しました。



栄養についての話もあり、3食バランスよく食べること、タンパク質の必要性、摂取カロリーについて学び、どうしても栄養が足りないときは栄養補助食品などを使うことも有効であると知ることができました。

熱心に質問されている方もおり、アンケートからも「食事の大切さをあらためて感じることができた」「栄養が大切だとわかりました」など感想をいただきました。

### 今年度も家族介護者教室を開催予定

第1回 令和7年7月2日(水)

第2回 令和7年11月5日(水)

第3回 令和8年3月4日(水)

※回覧や市政だよりをご覧ください！

編集後記 庭のつぶやき

今年も岡崎城公園の桜まつりに行ってきました。

岡崎に引っ越してきて10年、毎年欠かさず見に行き満開の見事な桜に癒されています。