

認知症コーナー

認知症にまつわる情報をわかりやすくお伝えするコーナーです。

今回のテーマは、**認知症の症状と理解「徘徊」**

認知症の症状は、記憶障害を中心とした認知症の方に必ず見られる**中核症状**と、そこに本人の性格や環境の変化などが加わって起こる**周辺症状**があります。

見当識障がい(中核症状)が原因で起こる **徘徊(周辺症状)**

徘徊とは、場所や時間などがわからなくなる見当識障害が原因で、家から出て行ってしまったり、道がわからなくなって歩き続ける状態のことを言います。

～本人にとっては「理由」がある～

徘徊とは、「あてもなく歩きまわること」という意味ですが、本人の中では理由があって行動していることが多いです。

◎自宅への帰り道がわからなくなっている。

◎ここがどこなのかわからなくなり、理解するために探索している。

◎子供や孫を迎えに行く。仕事にいこうとするなどの過去の習慣。



本人にとっては理由がある行動ですので、無理に止めることは難しいです。

そのため、気分転換になるよう、本人が楽しめるような時間を作ったり、適度な運動をいっしょに行い、心地よい充実感や疲労感を感じてもらうことで、徘徊のリスクが軽減する場合があります。

それでも不安がある場合は、恵庭市 SOS ネットワークをご活用ください!!

お住まいの地域を
担当する職員です



恵庭市みなみ地域包括支援センター

たよれーる みなみ ☎(0123)34-8467

FAX(0123)34-8461

〒061-1423 恵庭市柏木町 429 番地 6 (特別養護老人ホーム“恵望園”内)

担当地区

有明町 大町 文京町
牧場 盤尻 桜森
恵央町 幸町 柏木町
美咲野 桜町 駒場町
白樺町 恵南

編集
発行

回覧

たよれーるみなみだより

2021年度
冬号



「SOS ネットワーク」をご存じですか？

毎年、高齢者や障がいのある方が、道に迷うなどして自宅に戻れず未帰宅者となることがあります。未帰宅者の発見には市民の皆さんの協力が重要なため、恵庭市 SOS ネットワークでは、地域や警察、行政、協力団体が連携し、未帰宅者を未然に防止、早期に発見・保護できるような取り組みを行っています。

～SOS ネットワークのイメージ～



みなさんから情報いただき、未帰宅者を早期に発見する仕組みです。

取り組みの一つとして、SOS ネットワークを市民の皆さんに広く知ってもらい、実際に未帰宅者を発見した時の対応ができるよう、『未帰宅者模擬捜索訓練』を行いました。

11月25日に恵庭市内の2箇所（恵庭駅周辺、恵み野駅周辺）に、未帰宅者役の人を配置。当日は未帰宅者の人に声をかけていただいたり、SOS ネットワークへ通報していただくと、総勢30名を超える関係者と市民の方々が参加してくださいました。



未帰宅者役は看板を掲げ、わかりやすい恰好でおこないました。



e-niwa さんの中継風景

来年度も訓練を実施する予定です。実際に未帰宅者が出た際に、早期に発見され、本人や家族が安心して生活できるよう、皆さんもぜひご参加ください。

未帰宅者情報

恵庭市メール配信サービス
登録にご協力をお願いします



3回目接種がはじまります

新型コロナウイルスの、3回目の予防接種が開始されます。

2回目の接種後、原則8カ月以上経過で接種可能ですが、高齢者の方は、接種可能となる時期が早まる場合があります。接種券は、接種対象となる方に順次発送される予定です。他の市町村で2回接種した後に、転入したなどの理由で接種券が届いていない対象者の方は、保健センター内にある、新型コロナウイルスワクチン接種対策室での手続きが必要になります。



介護予防??

どんな事を行うといいの?

パート4

今回は、「ボランティア活動」をご紹介します。

皆さんが長年培ってきた知識と経験を地域活動に活かす活動のひとつとしてボランティア活動があります。

また、人の役に立つ活動は「生きがい」になり、外に出る事は自然と身体を動かし、自分自身で取り組める介護予防になります。

「家族介護者交流会」報告

令和3年12月14日、家族介護者交流会を行いました。

交流会は、在宅で介護をしている家族等に介護疲れを癒してもらい、介護経験者との情報交換を行うことで、日々の介護に活かしてもらうことを目的にしております。

今回は、市民活動センター「えにあす」で11名の方に参加いただき、『椅子でもできるヨガ体験』を行いました。

身体を動かす内容は初めてでしたが、「初めてのヨガは楽しかった」と感想をいただきました。

体験の後には、数名のグループにわかれて、日頃の介護の苦労話や、介護の経験者と情報交換を行いました。世間話で笑い声が聞える場面もあり気分転換もしていただけたようです。



次の開催が決まりましたら、恵庭市の広報誌などでお知らせします。

興味のある方はたよれーるまでお問い合わせください。



ボランティア活動は、自分から進んでやれることなので楽しみながら長く続けることができます。また、市内全域で様々な活動があるので交流の輪も広がり仲間も増えます。

「困った時はお互い様」の精神で自分ができることを誰かのために活動し、できない時は誰かにお願いする、住民同士が共に助け合うことで安心して暮らし続けることができる地域づくりにもつながっていきます。

恵庭市では高齢者へのボランティア活動を推進するため、平成28年7月よりあったまーるポイント（恵庭市介護支援ボランティアポイント事業）が実施されています。

ボランティアの温かい気持ちとポイントが貯まるという意味があり、活動時間に応じてポイントが付与されます。

対象の 活動内容

- ◎囲碁・将棋など趣味活動の相手
- ◎お話相手
- ◎ふれあいサロンでのいきいき百歳体操サポーター など



活動内容や詳細が知りたい方、活動してみたい方は、生活支援コーディネーター・吉田までお問い合わせください。