



認知症サポーター

ステップアップ連絡会 通信

Vol.4

風邪やインフルエンザなどの感染症が流行している時期、体調のお変わりはありませんか。この通信は、認知症サポーターステップアップ講座を受講された皆さまにご覧頂き、ステップアップ修了生としての活動に関する困りごとやお悩みについて共に考え、今後の活動の励みやヒントになればと思いお届けしています。

今年度は8月23日に第2回認知症サポーターステップアップ講座の開催後、10月26日に活動連絡会を行いました。



10月26日 活動連絡会の様子

当日は、産業カウンセラーである富永順子さんを講師にお招きし、19名の方にご参加頂き、「傾聴」をテーマに体験・実習を交えて学びました。

傾聴とは「話し手の語ることをそのまま受け容れ、話し手と同じように感じながら話を聴いていくこと」・「コミュニケーションを通じて相手を理解しようとする営み」・「聞き手が聞きたいことを話してもらうのではなく、話し手が話したいことを聴くこと」です。

～傾聴のポイント～

1. 相手を思いやる暖かな態度と、”聞かせて頂く”という謙虚な気持ちで聴く
2. 真剣に話を聴く
3. 話の腰を折らない
4. 話の横取りをしない、話し手主導で話が進む
5. 話し手の話を批判したり、否定したり、茶化したりしない
6. 自分の価値観にこだわらない、価値観を押し付けない
7. 自分の興味のあるほうに話を持って行かない
8. 余計なことは言わない
9. 話し手の言葉だけではなく、表情や身振り手振り、話し方、トーンなどにも関心をつける
10. 解決しようとせず、わかろうと努める

スペースを空け文頭をそろえました。

スペースを空け文頭をそろえました。

前提として《認知症の人》・《病気の人》・《家族（例：配偶者や子どもなど）との関係》と、対等であり《自分を少し横に置く》。自分のありのままを見せ、自分が謙虚になり、一生学び続ける姿勢を持つこと。

傾聴は技法ですが少し難しいですし、それを実践するには体験を繰り返して行っていく必要があるかもしれません。

当日のようす
《講義》



《認知症の人》・《病気の人》と来ているので、並行して《当事者の家族》や《その家族》と言ったように人を並べた方が良いと感じました

・受講者の感想：
あたたかな話し方の講義であり、講師ご自身の謙虚さに感銘しました。

当日のようす
《実習～全体で・二人ペアで～》



・受講者の感想：
いろいろの方とお話する
機会を持って頂いてとて
もよかったです。

・受講者の感想：
相手に添ったことばかけの対応
のむずかしさを感じていますの
で勉強になりました。

傾聴第2弾や、認知症の新しい情報、身近で認知症を患った方への対応（知り合いすぎてサポートがやりにくい事）など、今後もいろいろなテーマを検討していきます。今回参加できなかった方のご意見も、お待ちしております。



オレンジ川柳（通称：オレせん）

認知症に関する悩みや想い、家族との絆や伝えたいことなど、「オレンジ川柳」を募集しています。

お迎えと いうなよデイの 送迎車
厚化粧 薄毛症と ハイポーズ

羽衣町在住 Nさん作品



次回のご案内

日時：2019年2月13日（水）午前10時～12時

場所：立川市役所101会議室

※出欠のご連絡は、資料作成の都合でなるべく前日までをお願いします。

テーマ：【長谷川先生の作った絵本を読みよう】

【来年度開催のステップアップ講座の企画をしましょう】

●来年度の認知症サポーターステップアップ講座は

2019年8月末を予定しています。

「参加して良かった!!」と思える講座にするため、講座内容の企画運営を、一緒に考えて下さるメンバーを募集します。

2月の連絡会には参加出来ないけれど、企画運営に興味がある方も是非!

ボランティア募集もしています!

認知症対応デイサービスやグループホームの体験ボランティア、そして地域でのちょっとしたボランティアへ登録はお済みですか?

お住まいの近くや、興味のあるところ等々、ご紹介をさせていただきます。「話を聞きたい」だけでも大丈夫ですので、お気軽にご連絡ください。

問合せ先

立川市高齢福祉課介護予防推進係 ☎523-2111 内線1471

認知症地域支援推進員 南エリア（兵藤） ☎540-0311

北エリア（水村） ☎538-2339

※連絡会通信の送付が不要な方は、お手数ですが、ご連絡をお願い致します。