



## 新年あけましておめでとうございます

今回は認知症観の変化について紹介します。認知症介護は時代と共に変化、進化しています。認知症観をアップデートしていきましょう！

### 古い認知症観

他人事・他者視点・問題重視・疎外・絶望

- ①他人ごと、なりたくない、目をそらす、先送り
- ②認知症だと何もわからない、できなくなる
- ③本人は話せない/声を聞かない
- ④おかしな言動で周りが困る
- ⑤危険重視、過剰制限するのも仕方ない
- ⑥周囲が決める
- ⑦本人は支援される一方、負担の存在
- ⑧地域で暮らすのは無理
- ⑨認知症は恥ずかしい、隠す
- ⑩暗い、萎縮、あきらめ、絶望感



### 新しい認知症観

自分事・本人視点・可能性重視・共生・希望

- ①わがこと、お互いさま、向き合う、備える
- ②わかること、できることが豊富にある
- ③本人は声を出せる
- ④本人が一番困っている  
本人なりの意味がある
- ⑤あたりまえのこと（人権）重視  
自由と安全のバランス
- ⑥本人が決める（決められるように支援）
- ⑦本人は支え手でもある  
地域をともに創る大切な存在
- ⑧地域の一員として活躍※施設入所後も
- ⑨認知症でも自分は自分、自然体でオープン
- ⑩楽しい、のびのび、あきらめず、希望がある

認知症でも、支えられる一方ではありません。地域の支え手として、活躍することができます！

本人がいきいき ⇔ 家族もいきいき ⇔ 地域もいきいき

みんながいきいきと生活することで、「希望の好循環」が生まれます。

2024

発行：杉並区地域包括支援センター ケア24高井戸

杉並区高井戸西1-12-1 TEL 03-3334-2495

窓口受付時間：月曜日～金曜日 9：00～19：00

土曜日 9：00～13：00

日曜日・祝日・年末年始は休み

夜間、日曜日、祝日および年末年始も電話でのご相談は24時間受け付けています。

# 上高井戸端の近況報告

\*「上高井戸端」: 多世代交流の居場所づくり、ここに住んでよかったと思える町づくり、この人に会えてよかったと思える仲間づくりを目指している会です。

## 上高井戸集会所まつり

11月12日(日)に開催された上高井戸集会所まつりへの初参加。上高井戸端の活動を画像とパンフレットで紹介し、地域の皆さんに知ってもらう他、地域で採れた大根を使って5品の料理を作り、大根尽くしの試食会を行いました。当日はとても寒い日でしたので、人出が危ぶまれてましたが、蓋を開けてみると、74人と沢山の方々の来場がありました。「大根嫌い」と言っていたお子さんがパクパク食べてくれたのを見てとても嬉しかったです。



(参加者の声)  
農家の方とも  
お話しができた  
のが何より  
でした。

緑地が身近  
にあることを  
改めて知り  
ました。



## まち歩き 「畑をめぐるコース」

11月19日(日)には昨年につき2回目となる、まち歩き。当日は小春日和の暖かい日で、のんびり上高井戸地域の7つの農園巡りをする事ができました。参加された地域に住む皆さんも決まった道しか歩けなかったり、足を止めて詳しく畑の様子を見たりすることはないので、今回はとても楽しかったという感想を頂きました。途中、参加者もスタッフも、畑の無人販売所で新鮮な野菜を買い込んでしまいました。

