



京都府八幡市が新規事業、スリーA方式による認知症予防教室に取り組みこととなり、当法人が教室運営委託を受けました。この破格の信頼を裏切ることに無いよう、増田未知子先生の指導のもとに、スタッフ一同全力で準備に取り組みました。7月には静岡金谷町での速攻法を見学させていただき、速攻法での教室づくりの大変さを実感し、気を引き締めました。

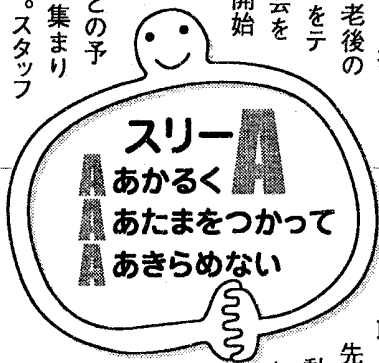
八幡市で 認知症予防教室が 始まりました



7月21日(木)八幡市老人憩いの家「八寿園」に、増田先生をお招きし

「ボケない老後のために」

「ボケない老後のために」親も自分も〜」をテーマに認知症予防講演会を開催。真夏の午後一時半開始で、しかも当日はカンカン照り。動くのも嫌だと思っほどの暑さで、「あまり集まらないのでは」との予想を裏切り、続々と人が集まり始め、会場は直ぐに満席。スタッフは慌てて追加資料作り、席作りに追われ、認知症予防への関心の高さを実感しました。参加者は250名を超え、



通路にあふれる人も出るという盛況ぶり。増田先生のお話は手遊びやゲームを交えて楽しく、わかりやすく、会場は一気に先生のテンポに引き込まれていました。
2日目は、前日のうちに声を掛けさせていただいた方々との体験教室。2日連続なので、「当日になってみないと分からない」と言っておられた方も来て下さり、またまた予想を超えた40名の参加がありました。皆でお昼ご飯を共にし、午後から増田先生を中心に、リズム運動やじゃんけんゲーム、お手玉渡し、太鼓演奏などを楽しみました。参加者の皆さんは「ボケへんように頑張るわ〜」と言いながら、ニコニコ笑顔で帰られました。

初めての速攻法講演会、まるで綱渡りのような状況で進んできましたが、多くのボランティアスタッフ、何より増田先生のお力添え

があつて、教室開催までこぎつけました。教室には現在13名の方々が来てくださっています。会の名前を募り、「金曜日」と決まりました。毎週、認知症予防のプログラムを楽しみながら行っています。回を重ねることに利用者さん同士もなじみになり、時にはスタッフのボケもあり、教室の笑い声が大きくなっています。早くも「12月で終わりなんてさみしいなあ」との声も…！12月までの全20回の教室は、確かに、長いようで短いもの。一回一回を大切に、次につながる、実りある教室にして参ります。
(木原)

～お知らせ～

第3号でお知らせしました法人の名義変更については、京都府山城広域振興局長から9月21日付けで認証されました。これからは特定非営利活動法人認知症予防ネットの名称で活動してまいります。

Column 021

裾野を広く

スリーA方式で認知症予防…、この目的で大小の講演会を積み重ねてきました。京都から始まり大阪、奈良、滋賀、兵庫、岡山と、県境を越えて共感して下さる方が増えています。

予防教室には二種類あって、きちんと位置づけた教室と、脳刺激を気楽に行なう教室とがあります。どちらも大事、どちらか出来る教室を、と勧める広報講演でした。

宇治での第一回講演会に偶然参加されたグループホームのオーナーが、深く共感されて入会していただきました。悪化予防との位置づけで傘下の事業所のメニューに入れたと言われ、グループホームのバス旅行レクに際して、スリーAのゲームを入居者、ご家族、付添い関係者(Dr・Ns)の皆さんで楽しまれたそうです。

「優しさのシャワー&脳活性化ゲーム」、スリーA精神は施設でも在宅でも、いろんな場面で応用が出来ます。

グループホームで活用されたと聞いて嬉しさもひとしおでした。(高林)

活動報告 (6月~9月)

- 6月 1日 ミニ講演/京都府八幡市/福祉サロン/八幡泉ふれあいセンター/30名
- 10日 ミニ講演/京都府城陽市/在宅介護支援センターほうゆう病院/45名
- 15日 ミニ講演/「婦人之友」誌 全国友の会京都/高年の集い近畿部会/京都ガーデンパレスホテル/200名
- 25日 ミニ講演/京都府城陽市/まごころ城陽/50名
- 7月 1日 京都府与謝郡加悦町物忘れ予防教室参加
- 16日 兵庫県高砂市/認知症対応型デイサービス/スタッフ勉強会/10名
- 21日 京都府八幡市より受託事業/八幡市認知症予防速攻法講演会/250名
- 8月 6日 京都府福知山市/京都短期大学公開講座
- 24日 ミニ講演/岡山県津山市社協/認知症予防セミナー/310名
- 9月 8日 ミニ講演/滋賀県彦根市小規模多機能施設「めくもりの家みかさつかさ」/9名
- 12日 ミニ講演/奈良市学園前ケアセンター「それいゆ」/30名
- 13日 京都府相楽郡木津教室同窓会(6日台風接近のため一週間延期)
- 22日 ミニ講演/京都府宇治市まごころ宇治デイサービスセンター/30名
- 30日 京都府与謝郡加悦町物忘れ予防教室参加

今後の予定 (10月~)

- 10月 18日(火) ミニ講演/京都府城陽市梅林園在宅介護支援センター
- 25日(火) ミニ講演/京都府城陽市梅林園在宅介護支援センター
- 11月 9日(水) ミニ講演/京都府綴喜郡宇治田原町
- 12日(土) ミニ講演/大阪府吹田市/吹田勤労会館
- 26日(土) ミニ講演/兵庫県姫路市/姫路医療生協共立病院
- 12月 3日(土) 講演/熊本市ボランティア養成NPO
- 15日(木) ミニ講演/京都府久世郡久御山町/楽生死在宅介護支援センター
- 1月 6日(金) 京都府与謝郡加悦町物忘れ予防教室参加

予防教室の更なる 各地への 広がり期待!!

木津教室は OB会として継続

4月5日に始まった木津教室も無事8月16日、20回の終了を迎えることが出来ました。

回を重ねることに笑顔が増えるお仲間さんを見て、自分たちの教室が出来てよかったと、達成感一杯です。

その間、京都府内、九州や姫路など遠方からの見学者もあり、認知症予防の関心の高さがうかがわれました。その中からミニ講演に繋がったところもあり、大変嬉しく思っています。

そして、予防教室の各地への広がりを期待しています。

なお、木津教室は毎月1回、第一火曜にOB会として継続していく予定です。(平山)

ちよネットからのご案内

会員募集

認知症高齢者の増加が見込まれる中、私たちは、認知症予防教室の全国津々浦々への拡大を願い、スリーA方式による成果の素晴らしさを広報するために、NPO法人を立ち上げました。

趣旨にご賛同くださる方は、ぜひ会員となって、活動を支援してください。詳しくは事務所へお問い合わせください。

(1)正会員 — 入会金 2,000円
年会費 6,000円

(2)賛助会員

個人	入会金 1,000円
	年会費 (一口) 2,400円一口以上
団体	入会金 3,000円
	年会費 (一口) 24,000円 一口以上



痴呆(認知症)予防教室(増田方式)に関する調査研究報告書

当法人の友好団体である「高齢社会をよくなる女性の会・京都」では、平成16年度の厚生労働省補助事業として、(株)UFJ総合研究所に委託し、認知症予防教室(スリーA方式)について調査研究を行った。この報告書は当法人でも実費 郵送料込み(500円)で取次ぎ中。

〒611-0031 宇治市広野町一里山15-10 ☎0774-45-2835 FAX0774-45-2793
電子メールは... npo@chihouyobou.net

ホームの思い出③ Sさんのこと

ウールの着物に前掛け、襟元には手ぬぐい、足元はハッピーシューズを履いてゲートボールを楽しむ。地域との親睦試合では、「いつちよらやア」と服を着る。その姿を見た相手チームの老紳士から「おばちゃん、着物着てきなはれ」と野次をとばされる。「こんどめ着ますわなあ」と答えてゲート通過。満面の笑み、93歳。

高校野球の入場行進をテレビの前に正座し学校名をカタカナでカレンダールの裏に書く、熱中してトイレも我慢する。南座改修の時は、「見納めに」と、次は「綺麗になったから」、「もう来年はいけまへんで」と毎年顔見世にいかれた。ホームの最年長者は、今春、お彼岸におやつのおはぎを「美味しいわア」と食べたその日の夕食前急逝。もうすぐ98歳だった。Sさん阪神優勝したよ!(原口)

編集後記

大海原の木の葉の舟を、力をあわせ漕ぎ続け、あつという間の一年を無事乗り切った。初心を忘れず前へ向かって進むのみ!
(福井)