

ハッピーライフのご提案 認知症にやさしいまちづくり

認知症予防推進員の会 ミニ講座・劇グループ

○紙芝居で認知症予防のミニ講座

認知症予防推進員は、練馬区認知症予防推進員養成講座の修了生で、認知症予防を区民に広げるために、野外講座などを行い、認知症の予防から支えあうまちづくりを目指している。認知症を知ってもらうために、お年寄りや障害者にわかりやすい方法としてまず紙芝居を使ってミニ講座を行いたい。企画の中で目指すところは、

- ・認知症予防の取り組みを知ってもらうこと
- ・不安に感じている人や家族に区の相談窓口の紹介
- ・早期発見、早期対応に結びつけること
- ・支えあうまちづくりを目指す である。

今後様々な世代に向かってミニ講座を行い、認知症予防を実践する場を地域の隅々で展開していきたい。そして、認知症に優しいまちづくりを実践していく方々の支援体制を確立していこうと思う。

【質疑応答】

Q 認知症の予防ができたかという検証を考えていただきたい

→ アンケートによって評価していきたい

Q 専門的な質問をされた時に専門機関につなげられる仕組みになっているか？

→ 区のパンフレットに電話番号が書いてあり、そちらにつないでいく。Q 紙芝居は、推進委員のやることを見るという「受身」の姿勢であり、それだけでは認知症予防にならないのでは？ 2年目はその紙芝居を協働で作る等の企画性があるのもよいと思う。



モビリティマネージャの養成

特定非営利活動法人移動支援フォーラム（研修担当）

○障害のある方が安心して移動できるように

昨年にひきつづき、この助成事業に申請した。障害のある方が安心して移動できるように支援する活動である。一人一人に必要な情報として昨年作成した「モビリティハンドブック」を再検討して配布したい。また、支援を行なえる「モビリティ・マネージャ」を養成するための研修を実施したいと考えている。

【質疑応答】

Q 昨年度は全国に発信していく活動だったと思うが、今年は練馬区に特化して行うということか。→ そのとおりである。

Q 講習会の実施も練馬区内の方にだけ行うのか。→ 今回は区内向けに活動している

Q 自己資金の割合が少ないように思うが。

→ 確かに助成金頼りの収支になっているが、今後はハンドブックの収益など自主財源の検討もしたい。

Q 移動支援のような活動は本来は公的サービスであっていいかもしれないと思う。練馬からこのような活動を発信していくことは意味がある。

→ 今後は再び全国にひろめていく活動をしていきたい。

Q たえばタクシー会社などの交通機関との連携は考えているのか。→ 運転手の方なども研修に参加していただければと思う。



公園 DE 認知症予防

認知症予防推進員の会「居場所づくり」グループ

○身近な公園で楽しみながら認知症予防

私たちの活動は、図書館やスポーツ施設もいいが、井戸端会議が出来るような身近な溜まり場がほしいという高齢者の皆さんの声からはまりました。身近な公園を利用して、紙芝居を使った認知症予防のお知らせや歌を歌いながらのフリフリグッパ体操、公園の健康遊具を利用したストレッチなどの基本プログラムをもとに、引きこもりがちな高齢者の皆さんが青空の下で“知り合い・ふれあい・助け合える”交流の場としての“居場所づくり”をめざしている。今後は練馬区や高齢者施設の支援を得ながら、練馬区全域に認知症予防の輪を広げていきたいと思っている。

【質疑応答】

Q. 参加者への呼びかけ方法は？

→ 民生委員や高齢者施設、老人会の紹介が主だが、今後は一般の人の参加も考えたい。

Q. 練馬区全域を構想にしているが？

→ 現在メンバーは20名で、地域別に4チームに分けて地域毎に広めていきたい。

Q. 専門の看護師がいるなど安全面も重視しているようだが？

→ 看護師やスポーツリーダーが保健対応や体操指導を行っている。グループ以外の専門家からの参加希望もあるので、今後はもっと増やしていきたい。



障害者と共に生きるゴミの無いまちづくり

すすろ環境開発事業協同組合&やまびこ第二作業所

○障害者の方の自立に向けた公園清掃

区立北西大松公園と北八風の子公園を対象に、協同組合と作業所のメンバーで落ち葉を中心に清掃を行う。そして、障害のある方が行う清掃作業の様子を地域住民にアピールしていく。障害のある方の社会貢献活動により、地域住民の方の障害への理解を深めていきたい。障害のある方も実力があり、社会貢献したいという強い希望があるので、自立に向けたこの活動にチャンスいただきたい。

【質疑応答】

Q 活動が10月から12月の3か月間というのは、何か意味がありますか？

→ 公園清掃については、練馬区から業者委託で行われている。この活動はそれとは別で、落ち葉の多い時期に限定し、区の下に実施する予定である。

Q 事業協同組合と作業所の連携のとり方や、障害者の方が清掃を行う動機付けについてはどのように対応してきたか？

→ 異業種交流会の会合で協同組合と作業所が出会い、雇用の問題や工賃をいかに増やしていけるか議論してきた。障害のある方にも、近所にある公園で清掃することに対する意見を聞きながら検討してきた。



みんなが喜ぶ街の駅

仮称「人は石垣隊」

○高齢者や障害者がまちに出るための

拠点（街の駅）づくりに向けて

昨年度は、高齢者や障害者が家に引きこもらずにまちに出るための拠点として「街の駅」を設置するための基本構想を策定した。今年度は基本構想の実現に向けた活動を行う。視覚障害者を支えるボランティアの育成を行う。そのために、ボランティアの育成に必要な支援機器を購入し、ボランティアの募集・研修を実施する。また、それと併行して、「街の駅」の場所を探していく予定である。

【質疑応答】

Q : 街の駅実現に向けた大きな構想の中で今年度取り組む具体的な活動内容は？

また、拠点が決まるまでのパソコンなど備品の置き場所は？

→ 昨年度策定した基本構想の実現に向けて、「ボランティアの育成」と「拠点をさがし」などできることから同時並行で取り組む。パソコンなどの機器は拠点が決まるまでは会員の自宅や教室などに置き、研修などを行う。



「緑で元気になろう！」プロジェクト

練馬ふくしの輪

○緑を通して人の輪を広げる

メンバーの得意分野を生かして自立とネットワークづくりをテーマに活動している。今回、区内の福祉施設の花壇に草花を植えて、施設の方や近隣の方に利用していただき、緑を通して人の輪を広げていきたい。特別養護老人ホームの賛同を得て、職員や施設の方、老人クラブの方と共に草取り、花や野菜の苗植えを始めている。看板を立てて道行く人に参加を呼びかけており、既に少しずつ輪が膨らんできている。今後、バザー、コンテナづくり講習会などを企画して、ご近所の方にも参加を呼びかけたい。いずれは他の施設にも活動の輪を広げていきたい。

【質疑応答】

Q どのように人を増やすか

→ 近所の方のほか、高校の園芸部、自治会など、身近な団体に声をかけたい。

Q 今後、資金を作っていくことが必要。苗バザーなどを強化していくと良いのでは。→ 秋のお祭りで苗バザーをすほほか、果実や野菜の収穫祭、健康サロンなども企画して、収益にしていきたい。

