



自分らしく、

この街で、

安心して暮らし続けるために

認知症サポーターキャラバン  
ロバ隊長です！

## 認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターとは何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人の思いを尊重し、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」です。

認知症サポーター養成講座は個人や企業・団体、学校など誰でも受講できます。

※認知症サポーター養成講座は全国で展開されています。



### どんなことを学ぶの？

認知症を理解するために認知症の中核症状や行動・心理症状などの具体的な症状や、認知症の診断・治療に関することも学びます。

また、認知症の人と接するときの心構えなども知ることができます。

### 誰が受講できるの？

練馬区民だけでなく、通勤・通学で練馬区に来られる方も受講できます。

### 何分くらいの講座？

講座時間の基本は90分です。認知症を正しく理解し、認知症の人と接するうえでの心得を学ぶには90分程度必要とされています。

ただし、受講対象者が高齢者のみのグループや小中学校の授業で実施する場合は講座時間を60分以上とすることもあります。

認知症サポーター養成講座の開催情報はこちら ⇒



# チームオレンジ活動をご存じですか??

**チームオレンジ活動**は、認知症になっても住み慣れた地域で希望をもって自分らしく暮らせるように、認知症の人やその家族と**認知症サポーター**がチームとなってもに行う地域の活動です。練馬区ではチームオレンジ活動を通して、認知症への理解を深め、安心して暮らせる地域づくりをすすめています。

集って楽しい!



地域へ伝えていく

語り合い



認知症やもの忘れの心配のある人、認知症サポーターなど誰でも参加できます。メンバーは、自分達ができることを話し合ったり、音楽や園芸など様々な活動をしています。

地域包括支援センターが活動を支援しています。

認知症のご本人やご家族の声を聞く

本人ミーティングの様子

一緒に活動していただける認知症サポーターの方を募集しています!

活動内容は、一緒に散歩をしたり、音楽家だったご本人の強みを活かして音楽を楽しんだりと様々です。認知症ご本人の持つ力と認知症サポーターの行動力や発想力を掛け合わせることで、唯一無二の素敵な「**チームオレンジ**」活動が誕生します。ぜひ、いっしょに活動しましょう!

チームオレンジ活動までの流れ

参加登録

名簿登載

活動内容と  
マッチング

チームオレンジ活動

参加登録用フォーム

<https://logoform.jp/form/G2rU/101618>



【注意事項】

- 1 参加登録・削除およびチームオレンジ活動への参加は任意です。
- 2 登録された情報は、法令に基づき練馬区が厳重に管理し、外部に漏れることがないようにします。
- 3 地域包括支援センターからの問い合わせは、電話を原則とします。
- 4 活動中の事故等でケガをした場合に備えて区が行うボランティア保険をご案内します。
- 5 登録の削除は、登録フォームから可能です。表面の事業担当でも電話・メールで受け付けます。