

# 『なかの便り・冬号』 令和5年度 第19号

## ■12月15日(金)中野市民センターで認知症ステップアップ講座を開催しました！

土屋良夫薬局長



今年度は、認知症を取り巻く新情報の提供として、前半は、アオイ薬局薬剤師の土屋良夫薬局長に昨年6月に成立した「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」の要点や新薬の動向についてお話しいただきました。

後半は、認知症当事者の方による「本人座談会」のDVDを視聴後、グループに分かれて認知症サポーターとしてどんな支援ができそうか意見交換を行いました。若年性認知症の当事者の方の思いを知ることができた、認知症の正しい知識を社会に広く普及していくことが必要など、サポーターとして認知症の方が安心できる居場所をつくりたいという意見が聞かれました。



チームふくろうのメンバー

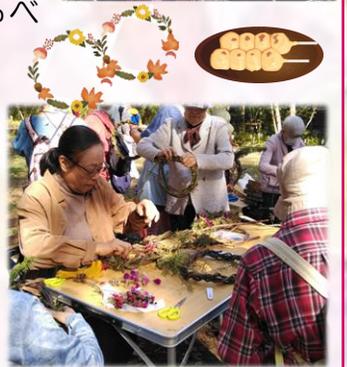
最後に昨年6月から中野圏域で活動を開始している「チームふくろう」について説明しました。サポーターとしての役割や活動状況を紹介。毎月第4金曜日のふくろうカフェを手伝っていただいています。

あなたも認知症サポーターになって「チームふくろう」と一緒に活動しませんか？  
認知症サポーター養成講座は毎月第3土曜日の10時から当センターで受講できます。  
受講申し込みが必要ですのでご連絡ください。 ☎042-620-0860



## ■11月9日(木)あきいろフェス@小宮公園を開催しました！

毎月第2木曜日の青空体操@小宮公園の秋のイベント版です。いつもの青空体操は40名程度の参加ですが、イベントだけあって108名の方が参加されました。木々の紅葉が始まる中、公園のスタッフさんが焼いたほっかほかの焼き芋が振るまわれたり、芋がらを使い公園で取れる色とりどりの草花やハーブを飾って作るリースや竹を削って箸を作ったりと皆さん楽しく熱心に取り組んでいました。キッチンカーでは手作りジャムのクレープやコーヒー、レモネード、そしてお団子は売り切れるほど大好評。あちこちで楽しいおしゃべりが弾んでいました。



知っ得く!?

認知症普及啓発イベント

# 「eまちサミット」

認知症になってもみんなが笑顔になれるまち

1月27日

(土)

13:00~15:30

「仲間とともに未来をつくるおれんじドアはちおうじ」をテーマに、認知症当事者による講演やトークセッションなどを行います。

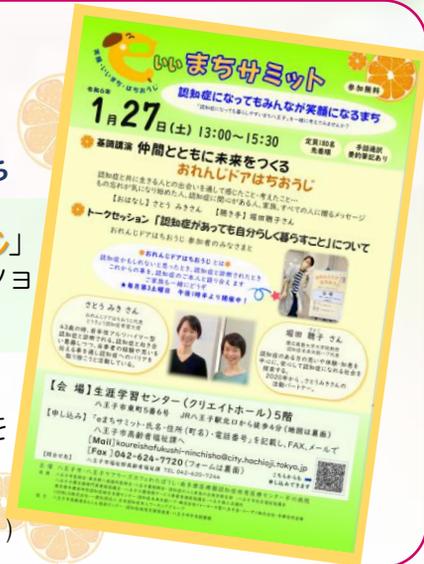
会場 クリエイトホール (生涯学習センター5階)

定員 180名 (申込制・先着順)

申し込み 「eまちサミット」・住所(町名)・氏名(ふりがな)・電話番号を記載しファックス、メールで高齢者福祉課へお申込み下さい。

(Fax 624- 7720、

Mail [koureishafukushi-ninchisho@city.hachioji.tokyo.jp](mailto:koureishafukushi-ninchisho@city.hachioji.tokyo.jp))



## つながる掲示板



中野西一町会会長 伊藤道生さん

西一町会会館で体操教室が12月から始まりました。コロナ禍になりヨガ体操が終わってしまい体操教室がなくなってしまった。費用をかけずに体操教室が再開できないかと伊藤会長さんからご相談があり、健康づくりサポーターの嶋原宣子先生を紹介させていただきました。

男性9名、女性5名の方で月2回、椅子を使った体操を行っています。



自分の町会・自治会でも体操教室を始めたいのだけれど、場所や講師が見つからない、探して欲しいなどございましたら当センター生活支援コーディネーター(☎620-0860)までご相談下さい。通いの場や集いの場についてもお気軽にご相談ください。

生活支援コーディネーター

## みんなの防犯

# 特殊詐欺の被害が増えています!

### 還付金詐欺

医療費などについて、「還付金があるので手続きをして下さい」などと言って、被害者にATMを操作させ、被害者の口座から犯人の口座に送金させる手口

### 預貯金詐欺

警察官等を名乗り、「あなたの口座が犯罪に利用されています。キャッシュカードの交換手続きが必要です」などと言い、暗証番号を聞き出しキャッシュカード等をだまし取る手口

### キャッシュカード詐欺盗

警察官を名乗り、「キャッシュカードが不正に利用されているので使えないようにする」などと言って隙をみてキャッシュカード等をすり替えて盗み取る手口



### 犯人からの電話に出ない対策を



留守番電話に設定

電話の相手を確認しましょう

REC



自動通話録音機

犯人は声が録音されるのを嫌がります



迷惑防止機能付電話機

家電量販店で購入できます

高齢者の方の生活全般の心配事や介護保険、認知症についての総合相談窓口です。

## 高齢者あんしん相談センター中野

☎ : 042-620-0860 fax : 042-620-0861

相談受付 : 9:00~17:30 日・祝・年末年始(12/29~1/3)は除く

八王子市中野上町4-27-4 ホナールHONDA1階

駐車場は、建物の脇に縦列で2台分あります。

