

# よかボウ通信 第31号

(令和5年12月)



早いもので、本年も残すところわずかとなりました。いかがお過ごしでしょうか。今回のよかボウ通信では、11月に開催した研修会について報告します。

## 研修会を開催しました！

認知症の方との関わり方・レクリエーション学習

【日時】11月30日（木）14時～16時

【会場】久留米シティプラザ

【参加者】12名

### 内容① 認知症の方との関わり方の講話

福岡県認知症介護指導者 川島豊輝氏を講師に迎え、認知症の方との関わり方について学びました。

#### ○認知症とは

認知症とは、脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活に支障が出ている状態をいいます。年齢を重ねるほど認知症患者の割合が高く、2025年には65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると見込まれています。今や認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気です。

#### ○認知症の方との関わり方のポイント

##### 否定せず、受け入れる

その人の行動や言動を否定するのではなく、まずは思いを受け入れます。「ごはんを食べていない」に対し、思い出させようと「さっき食べたでしょう！」と否定すると、暴言など症状が強くなってしまいます。「まだおなかが空いているのかな？」と考えてみると、言い方や関わり方も変わりませんか。

##### 本人のペースに合わせる

日常生活の動作を行うにも時間がかかるようになりますが、ペースを乱すと興奮してしまいます。また、遅いからとんでもしてあげるようになると、意欲が低下したり、症状がひどくなったりします。急かさずその人のペースに合わせて見守りましょう。

##### その人らしさを大切にする

認知症の方のケアにおいて、運動、栄養、歯みがき、薬、睡眠など大切なことはたくさんありますが、それを押し付けてしまうと落ち着かなくなります。その方が何を望んでいるのか、気持ちに寄り添いましょう。

周囲の人がその人を理解して関わることで、症状の軽減につながります。認知症の方と関わる際には心がけてみてください。



#### ○認知症の方の思い

認知症であっても、皆さんと同じように「人の役に立ちたい」と思っています。役に立てていると実感できるように、その人ができる事をお願いしましょう。

認知症という病気だけが同じで、症状や状態は十人十色です。認知症をもつ方を一律にとらえるのではなく、あくまでも一人の“人”として尊重し、その人を理解して関わるのが大切であると学びました。

#### 参加者の感想

- ・認知症の方に寄り添い、その方の心を感じ取れるように取り組んでいきたい。
- ・受容と理解をすることで、認知症の方と交流を深められると思った。
- ・身内が認知症を受け入れられず感情が不安定なため、今回の話を頭に入れて関わっていきたい。

## 内容② レクリエーション学習

デイサービスセンターメゾンマリア 生活相談員 江藤幸太郎氏を講師に迎え、レクリエーションについて学びました。



間違い探し

### レクリエーションの種類

#### 個別レクリエーション

集団が苦手な方など、自分のペースで楽しむことができる活動

(例) 本人の趣味活動、創作活動、塗り絵、うちわパタパタゲームなど

#### 集団レクリエーション

コミュニケーションの促進や身体機能の維持を目的とする、ボール遊びなどのスポーツやゲームなどの活動

(例) ペタンク、お手玉での的あてゲームなど



ヒント当てクイズ

### レクリエーションを体験しました！

個別レクリエーション体験では、ペアを組んで『間違い探し』を行いました。30秒の短い時間でいくつ見つけられるか、真剣に楽しく行いました。

集団レクリエーション体験では、参加者全員で『ヒント当てクイズ』を行いました。2チームに分かれ、周りの人がお題に関するヒントを出し、回答者が正解のお題を当てる、全員参加型のゲームです。早く正解を当てたチームがポイントゲット！頭も使い、声も出し、白熱した戦いになりました。

#### 参加者の感想

- ・レクリエーションについて楽しく学ぶことができた、今後の活動に活用したい。
- ・レクリエーションのポイントが分かって安全で笑顔のあるボランティア活動をやっていききたい。
- ・サークル活動や町内会での交流でも導入できそうです。

## 内容③ 交流会

 参加者の皆さんで交流を行いました。

○活動を始めて数ヶ月だが、利用者さんから元気もらっている

○利用者さんとは平等に接するために、一人ずつ挨拶するようにしている

○皆さんの話を聞いて来年はまたボランティアをやってみようと思った



#### 参加者の感想

- ・他の方の活動状況を聞いて良かった。それぞれの環境に合わせて取り組まれていることも分かった。
- ・活動を始めて日は浅いが、日々学びながら活動している。
- ・自分の無理の無い範囲で活動しているが、それでも自分のためになっているように思う。

#### 【事務局より】

ご参加いただいた皆さんありがとうございました。認知症の方と関わる時や、利用者さんとのコミュニケーションの手段として、今回の学びを活用いただければ嬉しいです。

本年も大変お世話になりました。皆さんよいお年をお迎えください。



### 《ボランティアの皆さんへお願い》

**活動を希望される方、住所や電話番号を変更された方、要介護認定等を受けられた方は、**  
下記協議会までご連絡ください。

【発行・問合せ】特定非営利活動法人 久留米市介護福祉サービス事業者協議会 事務局  
電話：0942-35-1525 / FAX：0942-46-5841 (月～金 10:00～17:00)

## 活動可能な施設の紹介

よかボラ通信 第29号（令和5年6月発行）で紹介した施設以外にも、以下の施設が受入再開しています。

	指定番号. 施設名（所在地）	活動内容
中央	112. あったかHOME-にしかい- （西町709-1）	レクリエーション支援・お話し相手・芸能披露・行事等の手伝い・お茶出し配膳・清掃草刈り
	155. 重度認知症患者デイケア すずらん （梅満町1001）	利用者の見守り、声掛け、配膳下膳、昼食後の片付け、洗浄、室内清掃
北部	78. グループホーム市の上 （合川町1754-1）	レクリエーション支援・お話し相手・芸能披露・行事等の手伝い・お茶出し配膳・散歩等の補助・洗濯物の整理・清掃草刈り
	108. グループホーム時代 （合川町1574-1）	レクリエーション支援・お話し相手・芸能披露・行事等の手伝い・お茶出し配膳・散歩等の補助・洗濯物の整理・清掃草刈り
西部	92. スタジオアニモ （野伏間1丁目8-46）	レクリエーション支援・お話し相手・芸能披露・お茶出し配膳・散歩等の補助・清掃草刈り
	97. モモタロウ （野伏間1丁目8-41）	月・木・土の午後に来られる利用者の囲碁の相手
	5. 特別養護老人ホーム 共生の里津福 （荒木町白口552-3）	施設周囲の草刈り等の施設管理
	60. グループホームふきのとう （荒木町白口2343-1）	芸能披露・行事等の手伝い・清掃草刈り
	103. 看護小規模多機能型居宅介護カレン （荒木町白口1859-1）	レクリエーション支援・お話し相手・芸能披露・行事等の手伝い・お茶出し配膳・散歩等の補助・洗濯物の整理・清掃草刈り
	130. デイサービスなでしこ （荒木町白口1767-1）	お話し相手・芸能披露・清掃草刈り
	8. グループホームほほえみ館 （城島町城島37番地2）	お話し相手・芸能披露・行事等の手伝い・お茶出し配膳・散歩等の補助・洗濯物の整理・清掃草刈り
	24. デイサービスほほえみクラブ （城島町城島36-1）	お話し相手・お茶出し配膳・清掃草刈り
東部	128. 認知症対応型 デイサービスあじさい （善導寺町飯田1393-10）	芸能披露・行事等の手伝い・散歩等の補助・清掃草刈り
	129. 特別養護老人ホーム 第2ひじり園 （善導寺町飯田1393-11）	レクリエーション支援・お話し相手・芸能披露・お茶出し配膳・散歩等の補助・洗濯物の整理

## 新規受入施設の紹介

活動したい、見学してみたいなど、気になった方や、他の施設の受入状況など、ご不明な点等ありましたら、事業者協議会へご連絡ください。

### 長生園デイサービス（三潁町早津崎386番地）

#### 【活動内容】

- レクリエーション支援
- お話し相手
- 行事などの手伝い
- お茶出し、配膳等
- 散歩等の補助
- 洗濯物の整理等
- 清掃・草刈り

駐車場有り

#### 【感染対策】

- マスク
- 検温

クイズや歌の手伝い、認知症予防、お話し相手、利用者様と一緒に洗い物や洗濯物を手伝っていただける方などを募集しています。利用者様と楽しく過ごしていただき、お互いに楽しんでいただければ嬉しいです。



#### 交通アクセス

西鉄バス 行き先番号 15・48  
大善寺バス停 下車 徒歩約15分  
西鉄大善寺駅より徒歩約15分程度



### デイサービスセンター耳納さんぼみち（山川町1071-1）

#### 【活動内容】

- レクリエーション支援
- お話し相手
- 芸能披露
- お茶出し、配膳等

#### 【感染対策】

- 手指消毒
- マスク
- 検温

駐車場有り

#### 交通アクセス

西鉄久留米駅から草野路線  
行き先番号 25・25-1  
放光寺バス停より徒歩約15分



環境がよく、賑やかで楽しい施設です。ボランティアに来て頂ける方がおられましたらよろしくお願ひ致します。

### よあけ陽だまりデイサービス（大善寺町夜明838-1）

#### 【活動内容】

- レクリエーション支援
- お話し相手
- 芸能披露
- 行事などの手伝い
- お茶出し、配膳等
- 散歩等の補助

#### 【感染対策】

- 手指消毒
- マスク
- 検温

駐車場有り



#### 交通アクセス

西鉄バス 行き先番号 15・48  
宮前バス停より徒歩約15分  
西鉄大善寺駅より徒歩約20分



施設内の環境整備、食器洗い、カレンダー創作活動、手芸などの利用者の補助を行っていただくと助かります。ご利用者様と元気に活動・見守りされる方をお待ちしております。

### 《ボランティアの皆さんへお願い》

**活動を希望される方、住所や電話番号を変更された方、要介護認定等を受けられた方は、**  
下記協議会までご連絡ください。

【発行・問合せ】特定非営利活動法人 久留米市介護福祉サービス事業者協議会 事務局  
電話：0942-35-1525 / FAX：0942-46-5841（月～金10：00～17：00）