

## 7. 認知症サポーター

認知症サポーターとは、**認知症サポーター養成講座**を受講し、認知症について正しい知識や対応の仕方を学び、自分の出来る範囲で**認知症の人を見守る応援者**です。

認知症サポーター養成講座は町内会や金融機関など、概ね5名以上の地域の各種団体に対し開催しています。認知症キャラバンメイトが出向いて講座を行いますので、希望される場合は**稚内市地域包括支援センター（23-8585）**までご連絡ください。

※認知症サポーター養成講座の上級講座である認知症サポーターステップアップ講座もあります。

### チームオレンジのメンバーを募集しています!

#### チームオレンジとは…

- ・認知症サポーターが、ステップアップ講座を受講してチームのメンバーとなり、認知症の人やその家族の困りごとについて、認知症サポーターを中心とした支援者につなぐ仕組みのことです。
- ・認知症の人やその家族もチームのメンバーの一員です。
- ・誰でも気軽に立ち寄り、歓談し憩える場として、地域に交流拠点を設けて活動します。

※稚内市では、令和4年度にチームオレンジが活動できることを目指して取り組んでいます。



## 8. 通いの場について



認知症の予防や進行を防止する為には、趣味活動や他者との交流など活動的に過ごすことが大切です。

地域住民が主体となり、健康づくりや介護予防、趣味活動や交流等を目的とし、定期的に身近な地域で集まり活動しています。

住民同士がふれあいを通して、「生きがいづくり」、「仲間づくり」の輪を広げ、地域で活気を持って生活する為の取り組みです。

稚内市内の通いの場についての情報を「**高齢者暮らしのお助け便利帳 第3版**」に掲載しています。

稚内市のホームページにも掲載しています。