

取材して  
きましたー!!



# 社団法人 『認知症の人と家族の会』

～本部副代表そして富山県支部事務局長～

Q1. 活動されている中で一番大切にしていることは?

A. 何よりも「ご本人の気持ちに沿うこと」を大切にしています。また、「認知症があっても住み慣れたまちで安心して暮らせる社会」を目指しています。認知症を正しく理解してもらいたいと思っています。

Q2. 活動の中心は?

A. 活動の3本柱は①つどい ②会報 ③電話・メール相談です。

①つどい:「つどい」「てるてるぼうずの会(若年性認知症の方中心)」「いろりを囲む会」を月1~2回行っています。「つどい」では毎回会員のお1人が抹茶をたててくれます。「てるてるぼうずの会」では10・11月と社交ダンス教室もしましたよー♪



②会報:本部版及富山県支部版「ぽーれぽーれ」を月1回発行しています。つどいに参加できない方にもわかりやすく、また他の介護家族の介護中の思いを伝えることを大切にしています。



③電話・メール相談:ご家族からの相談や、介護の悩みが多いです。悩みをしっかりと聞き取ることでスッキリされてまた元気に介護に向かわれる方も多いです。(相談は介護経験者が行っています)



# 富山県支部の巻

本部(京都)は結成30年  
全国に1万人の会員。  
富山県支部は結成28年  
県内230人の会員さんが  
おられます。

勝田登志子さんにお話を伺ってきました～

**連絡先** 〆入会していない方でも相談OK 〆

本部: 0120-294-456 [月～金(祝除く)10～15時]

県支部: 076-441-0541 [月・木 13時半～15時半]

076-441-8998 [夜間毎日 20～23時]

X-メール相談: katsuda@po4.nsk.ne.jp

**Q**。その他の活動は?

**A**。リフレッシュ旅行として毎年泊まりがけと日帰りの旅行をしています。6月には1泊で下呂三温泉へ、10月には日帰りで「ウェルサンピア立山(現:グランドサンピア立山)」へ行ってきました。旅行のために元氣を長けて歩行系練習される方もおられますよ!!

また、行政への提言(介護保険改正について等)もしっかり行っています。

リハビリ



第21号  
平成22年冬  
富山県  
作業療法士会  
地域リハビリテーション部

障がいをお持ちで地域で暮らす方々、施設利用者、ご家族に向けてリハビリテーションの情報をわかりやすくお伝えしていきます。

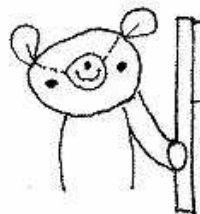
**入会について** 年会費は5000円

「認知症」に関心のある人はどなたでも入会できます。資料請求もできます。⇨076-441-8998 (TEL・FAX)

**ホームページ**

www.alzheimer.or.jp

(「認知症の人と家族の会」で検索もできます。)





# 片手でクッキング



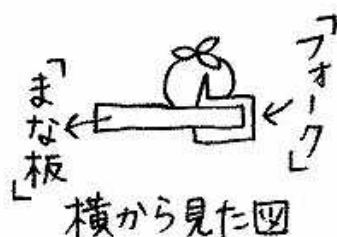
介護老人保健施設やすらぎでは、片麻痺の  
デイケア利用者様を対象に、「片手でクッキング」  
という、料理教室を行っています。

ちょっとした工夫で、片手でも簡単に安全に  
料理を作れるんですよ!! 皆さんも、挑戦してみませんか?

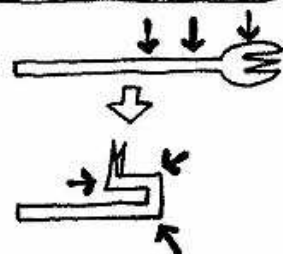
【工夫その1】まな板に「フォーク」を刺し、  
切る食材が転がるのを防ぐ。

フォークは100円均一で  
購入できます!あとは、  
3ヶ所曲げるだけ




「フォーク」



←を曲げるヨ

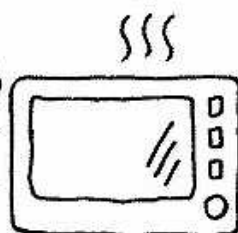


【工夫その2】電子レンジの使用。



- ・かぼちゃ 
- ・さつまいも 
- ・にんじん 

切る前にちょっと「チン」する  
だけで、包丁が入りやすく、  
など、滑らないので、切りやすい!!

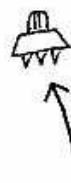
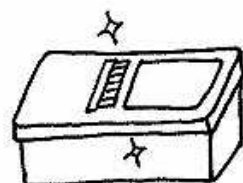
チン! チン!!



【工夫その3】「スライサー」の使用。

- ・玉ねぎ 
- ・キャベツ 

すぐにサラダに大変身!!  
みじん切りにする時も、  
など、楽に行え、時間短縮にも!!



ポイント

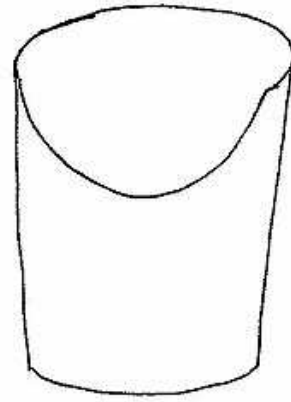
✳️手を切らないように、野菜を押さえる道具もあるヨ!

まな板やスライサーがズレて動いてしまう場合は、滑り止めシートや、  
ぬれ布巾を下に敷くと良いですよ!!

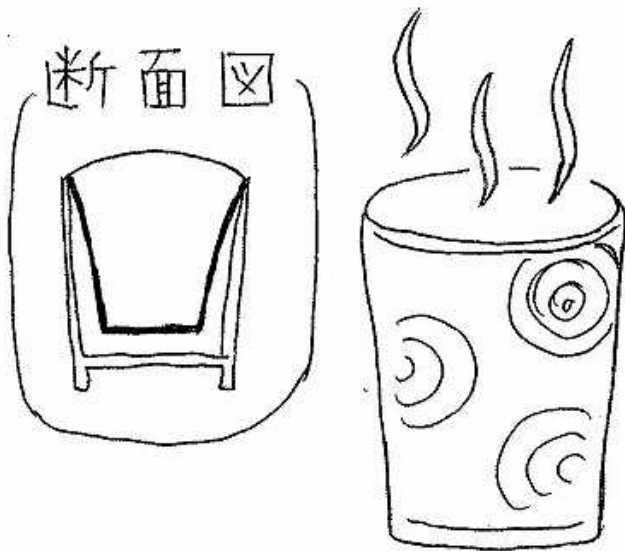
# 食事の自具 その2 ～ コップ編 ～

## ノズレットコップ

豆頭を後ろに反らさなくても、  
飲みほせるように、鼻があたる  
部分を切、てあります。  
ソウマチ、首の手術後で、首を  
動かさない方に。



紙コップで  
作れるよ!

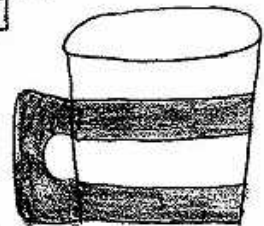
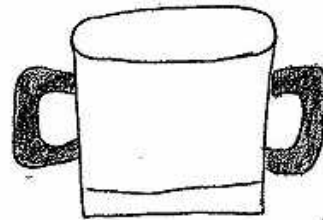


## ほのぼのの湯のみ

内側に傾斜をつける  
ことで、豆頭を後ろに反ら  
せることを防止できます。  
二重構造により、中の  
温度が伝わらず安全!

## 取っ手付きコップ

片手では安定して持ち上げ  
られない方に。指の力が弱  
い方に。



自具でお困りの方は、お近く  
の作業療法士にご相談下さい。  
より楽しく食事をしましょう!