

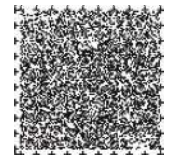
いっしょ まな
一緒に学ぼう！

せたがや にんちしょう い
世田谷 認知症とともに生きる

みんなでアクション ガイド しょうがくせいへん 【小学生編】



世田谷区
みんなでアクションガイド
【小学生編】





「認知症」について知ってほしいこと

なが じかん すこ ぶ
長い時間をかけて、少しずつ、わからないことや、できないことが増えていきます。

たとえば・・・

- かんが じかん
考えをまとめるのに時間がかかるようになります。
- ばしょ じかん
場所や時間がわかりにくくなる場合があります。
- なに おぼ おも だ にがて
何かを覚えていることや、思い出すことが苦手になります。

- ★ にんちしょう
認知症になっても、できることが、たくさんあります。
- ★ にんちしょう せいかく か
認知症になったからといって、性格が変わるわけでも、
なに なに
何もわからなくなるわけでも、何もできなくなるわけでもありません。
- ★ にんちしょう じぶん たいせつ
認知症であってもなくても、自分なりに大切にしていることがあります。

できることは
たくさん!



- ♥ ひと はなし き たいせつ
その人のお話をよく聞くことが大切です。
- き ひと はなし
聞いてくれる人がいれば、お話できます。
- ♥ ひと たの ひと
その人がやりたいことを、いっしょに、楽しくやってくれる人がいると、
にんちしょう おつ たの げんき く
認知症があっても落ち着いて、楽しく、元気に暮らすことができます。



いっしょに
たの
楽しく!

認知症とは?

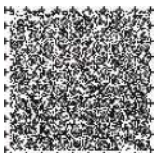
- ① のう おぼ かんが はな かず
「脳」はものを覚えたり、考えたり、話したり、数をかぞえるなど、
わたしたちが暮らすために、とても大事な働きをしています。
- ② のう びょうき く にんちしょう
「脳」の病気などで暮らしにくくなっていくのが、『認知症』です。
- ③ にんちしょう からだ ちょうし く かた ひと かか かた おお えいきょう
認知症には、体の調子や暮らし方、まわりの人の関わり方が大きく影響します。



とう かあ
お父さん、お母さんのような、
わか ひと にんちしょう
若い人でも、認知症になる
ことがあるよ。

さいいじょう やく にん
65歳以上の約5人に
り にんちしょう
1人が認知症 ※2025年推計値

せたがやく やく まん せんにん
世田谷区では、約3万2千人の
にんちしょう ひと く
認知症の人が暮らしています。
ねんすいけいち
(2024年推計値)



にんちしょう ひと こえ き
認知症の人の声を聞いてみよう！



ぬきた しゅつえんどうが
 貫田さん出演動画



ぬきた ただよし
貫田 直義さん
 (70代)

- 決めつけないでほしい。
- いちばん大事なのは、みんなと話しあうこと。
- 家にこもっててはだめ、どんどん外に出よう。オープンにしよう。
- このまちで楽しく暮らし続けたい。

ばんぐみ つく かいしゃ はたら さい
 テレビ番組を作る会社で働いていました。70歳のときに、
 ソファの後ろからゴリラなどが見えるようになりました。
 びょういん い しょうたいがたにんちしょう わ
 病院に行って、レビー小体型認知症だと分かりました。

にんちしょう ひと
**みんなが、認知症の人といっしょに
 できることが、たくさんある！**



**おしゃべり
 しよう！**



おんがく
**音楽や
 スポーツを楽しく！**



はな う がっこう
**花を植え、学校や
 まちをきれいに！**



こうつうあんぜん
**あいさつや交通安全を
 いっしょに**



か もの
**買い物を
 ゆっくりと**



さんぽ
散歩しよう！

にんちしょう ひと たの かつどう
認知症の人と楽しく活動する「アクションチーム」があります。

みんなも参加してみよう！

にんちしょう ひと
**認知症の人といっしょに、
 やってみたいことを
 かんがえてみよう！**

「アクションチーム」とは？

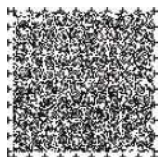
まちに暮らすいろんな人たちが、認知症の
 ひと こえ たいせつ かつどう
 人の声を大切にして、いっしょに活動して
 いる楽しい集まり。みんなが住んでいるまちに
 もアクションチームがあるか調べてみよう！



きゅうでん か もの
 給田お買い物マルシェ▲



かみのげ たいそう
 上野毛でのラジオ体操▲



ヤングケアラーってなに？

家族のために、大人に代わって家事や家族のお世話をしたり、
心配をしている子どもたちのことを「ヤングケアラー」といいます。

お友だちの中にも、家族のお世話をしている、なかなか遊べない

・・・そんなことがあるかもしれません。

みんなが楽しく元気に過ごせるよう、気になることや、家族のお世話などで困ったことなど、身近な大人に話してみましょう。



担任の先生や保健室の先生、

スクールカウンセラー、
スクールソーシャルワーカーに
なんでも相談してね！



でんわ そうだん
電話でも相談できます。

せた **ホッと**

0120-810-293 (無料)

相談時間
月曜～金曜(午後1時～午後8時)
土曜(午前10時～午後6時)
※日曜、祝・休日、年末年始をのぞく

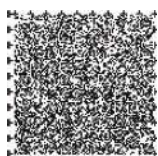


子ども相談メール
けいたいようちゅうりよく
携帯用入力フォーム

みんなが、元気で、楽しい日々になりますように。

★ みんなでいっしょに、話しあってみましょう。

★ このガイドを、おうちの人にも、見てもらいましょう。



世田谷 認知症とともに生きる みんなでアクションガイド〔小学生編〕

世田谷区アクション講座(世田谷版認知症サポーター養成講座)用テキスト

発行元 世田谷区高齢福祉部介護予防・地域支援課

問合せ先 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

TEL 03-6379-4315 FAX 03-6379-4316