

認知症に関する活動計画 (概要)

大阪府作業療法士会では、今年度より二次医療圏のブロックで活動している認知症支援委員との有機的な連携を図るために、特設委員会である認知症支援推進委員会の委員と兼務する体制作りを行いました。これにより、地域の実情に精通した委員からの情報収集を行い、会員による認知症に関連する地域支援事業への参画状況について、府下全域の実態把握を進める計画です。

1. 認知症作業療法や認知症初期集中支援チームに関わる人材育成のための研修会

①認知症アドバンス研修「臨床編」(Web開催:年1回)

- ・認知症の人への臨床における作業療法実践力を高める
- ・参加資格:過去に府士会認知症初期集中支援に関する研修会かアップデート研修を受講した会員を対象

②認知症アドバンス研修「地域編」(Web開催:年1回)

- ・地域における認知症の人への支援の理解を深める
- ・参加資格:認知症アドバンス研修(中・上級)か認知症アドバンス研修「臨床編」を受講した会員を対象

2. 近畿作業療法士連絡協議会との連携

- ・会議、情報交換会への参加(年4回)

3. 教育部老年期領域・精神領域、就労支援委員会、運転と作業療法委員会との連携

- ・「認知症作業療法の質の向上(案)」に関する研修会(年1回)
- ・「若年性認知症の就労支援(案)」に関する研修会(年1回)
- ・「認知症と運転(案)」に関する研修会(年1回)
- ・老年期開催の認知症アップデート研修の運営フォローアップ

4. 市町村、地域包括ケア委員会との情報交換・連携

- ・認知症初期集中支援チームに関する情報収集・人材推薦
- ・地域包括ケア委員会と連動した情報収集・人材推薦・啓発(認知症予防活動、認知症カフェなどの活動状況)

5. 各ブロックとの連携

- ・各ブロックとの情報交換を密にして連携を強化する(ブロック重点項目担当者の委員会への参画)
- ・認知症初期集中支援チーム、認知症予防活動、認知症カフェの活動状況についての情報収集(情報収集シートの活用)

認知症の人と家族の会との連携事業

- ・定例会(つどい、つくしの会)への参加
- ・支部報への連載(認知症作業療法についてなど)
- ・「外出支援について」講演会(8月、10月)
- ・ゆっくりの部屋(大阪市認知症の人の社会活動推進センター)の運営協力(講師派遣、活動支援など)

COVID-19(新型コロナウイルス)の影響・対応など

- ・会議、研修会は、すべてWeb開催
- ・「認知症の人とご家族の皆様へ(自粛解除バージョン)」啓発フライヤーを作成しHPへ掲載
- ・Zoomを利用したWeb研修会「参加・運営」マニュアルの活用(作成:大阪府作業療法士会)



認知症の人とご家族の皆様へ

(自粛解除Ver.)

大阪府作業療法士会 認知症支援推進委員会

感染予防で、介護福祉サービスや地域の道の等の外出の機会が減り、生活のリズムが乱れていませんか? 認知症(進行)予防は、生活リズムを整え、気持ちに張りや「や」感を感じる事がとても大切です。この機会に生活を再見直してみませんか? 毎日の暮らしが特別な日になりますように!

①生活リズムを整えましょう!

介護・福祉サービス利用時と同じリズムで生活しましょう。特に朝の起床時間、着替え、洗面、食事、入浴、就寝時間は規則正しく保ちましょう。運動も大切です。感染予防のためにも、手洗い・うがいの習慣化、脱水・便秘予防に、こまめな水分補給を行いましょ。

②好きな活動や大切に思う事、人との交流などを取り入れて過ごしましょう!

自粛生活で生活環境が変わり、不安や混乱など不安定な状態になる方もおられます。好きな活動、楽しい時間など自分らしく過ごせる時間を生活の中に取り入れてください。一人で、リラックスして過ごせる時間作りも大切です。

③家庭内での安心感や自己の存在感を感じてもらいましょう!

基本の挨拶(おはよう、いただきます、つれい、おやすみ等)を大切に。思いやりや喜ぶ声掛けが安心感につながります。否定的なことばや感情は互いにストレスが生じます。また活動を通して「〇〇してくれてありがとう!とても助かった!」など感謝の気持ちを伝え、大切な家族の一員であることを伝えましょ。

<最後に>

各サービスを上手に活用し、ご家族様もホッと息つける時間を作りましょ! 困りごとが起きたら決して一人で抱え込まず身近な人に相談して下さい。

<1日のスケジュール例>

活動は参考です。無理のない計画を立てましょ!

午前	起床(定時)
	着替え、洗顔 朝刊取り、家庭菜園の水やり
	手洗い、朝食、服薬、歯磨き(定時)
	NHKみんなの体操
	朝刊読み、天声人語書き写し
	お孫さんと一緒に雑巾・マスク作りお茶(水分補給)
午後	手洗い、昼食、服薬(定時) 食器洗い
	NHK連続テレビ小説
	息子と孫と写真アルバムの整理
	NHKテレビ体操
	おやつ、お茶(水分補給)
	昼寝
	洗濯物たたみ、水やり、草引き
	夕刊取り、夕刊読み
	夕食作り(調理の補助、盛り付け)
	手洗い、夕食、服薬(定時)
入浴	
家族団らん、遠方の孫とTV電話	
就寝(定時)	