

2025年には、高齢者の5人に1人が認知症になると予測されています。

2023年6月14日、認知症基本法案が参議院本会議で可決となり、認知症基本法が成立しました。「認知症基本法」とは、認知症がある人でも尊厳を持って社会の一員として自分らしく生きるための支援や、認知症予防のための施策を定めるための法律です。その一つに、認知症について「国民の理解の促進」があります。誰もが広く認知症についての関心と理解を深めるために、認知症の日を9月21日とし、認知症月間を9月1日～9月30日までとします。国や都道府県市町村は、認知症の日や認知症月間の期間中には、その目的や意味にふさわしい行事が行われるよう呼びかけなどをしな

## 認知症基本法案可決！



### 世界アルツハイマー月間 ～認知症普及啓発パネル展～

日時：令和5年9月25日（月）13：00から  
9月29日（金）16：00まで

場所：沖縄市役所1階市民ホール・展示コーナー

### もの忘れチェック



日程：令和5年9月26日（火）～29日（金）  
時間：10：00～12：00

認知症地域支援推進員が対応します！

25日～9月29日まで認知症普及啓発パネル展を開催します。パネル展では、パネル展示コーナーのほかに、認知症地域支援推進員による、もの忘れチェックや、認知症当事者座談会のDVD放映なども予定しています。

また、今回は南桃原公民館、久保田公民館、山内公民館でも認知症パネル展を予定しています。お気軽に足を運んでください。

ればなりません。沖縄市役所では、認知症月間に合わせ、9月

## 備えあれば怖くない

9月1日は防災の日

台風対策の基本は、とにかく被害が大きくなるようにすること、台風通過中でもなるべく快適に過ごせるような状態を作っておくこと、勢力が大きいと予測されるときは避難も視野に入れておくことが大切です。

台風が接近して、3日間自宅でご過ごす事を想定し、必要な物品を地域包括支援センター西部南の職員で考えてみました。ご参照下さい！！

- 飲料水  
1人1日2～3リットルを目安に！
- 生活水  
トイレ等で使う水の確保も重要です。浴槽やバケツに溜めておきましょう。
- 非常食  
缶詰・乾パン・レトルト食品等、常温で保存できる食品の確保を！
- 携帯食  
チョコレートやお菓子等も非常時には、貴重な栄養源になります。ストレス解消にも！
- 新聞紙・ガムテープ  
雨漏り等があった場合に使います。
- 卓上コンロ（ガスボンベ）  
電気コンロは停電時には使えません。身近で使えるのもメリットです。
- ホイッスル  
家屋の被害・停電時の体調不良があった場合に、近所の方に助けを求める場合に使います。
- 携帯ラジオ（電池）  
停電時の情報収集に有効です。
- 懐中電灯（電池）  
停電時に使います。電池の予備も準備して下さい。  
※ロウソクは使わないで下さい。
- 携帯電話（充電器・バッテリー）  
バッテリーを満タンにし、効率よく使う工夫を！
- 持病のある方の薬  
普段、服薬している薬が4～5日分残っているか確認を！無ければ、事前に受診して下さい。
- 常備薬  
外出できない期間が長い事を想定し、常備薬の準備も！





# 高齢者疑似体験 in マックスバリュ山里!



生活支援コーディネーター  
城間清美のお宝発見!!



※ゴーグル、ヘッドホン、ベスト(4kg)、  
膝サポーター、膝サポーター、足首重り、  
手首重り、姿勢(前かがみ)ベルト装着。



8/7(月)山里自治会福祉体験(高齢者疑似体験)がマックスバリュ山里店にて開催されました。体験したのは小・中・高校生12名。2人1組で高齢者体験の装具・重りを装着してマックスバリュ山里店にて買い物を体験。参加者からは「とても動きづらかった。ふだんの生活よりも苦労した。」「目が見えにくかった。」「首や背中が痛かった。」「歩きにくかった。」「財布からお金を出すときはお手伝いがあるといいと思った。」など感想が聞かれました。

# 親子認知症サポーター養成講座&高齢者疑似体験!



8/15(火)南桃原公民館にて親子認知症サポーター養成講座を開催しました。おとしよりのからだを知ろうということで沖縄市社会福祉協議会と連携

し高齢者疑似体験(3人1組で歩行、階段昇降を体験)も行いました。こども達を中心に31名が参加。参加した

こども達からは「認知症の人の対応は難しい事ではないと学んだ。」

「認知症の高齢者に対する対応がわかりました。」「おじいちゃんおばあちゃんの気持ちがわかった。」「おじいちゃんおばあちゃんにやさ

しく接してあげようと思いました。」

島袋会長も高齢者の疑似体験に挑戦!



# 5年ぶりの納涼まつりは大盛況!!

8/19(土)山内公民館前広場にて山内自治会納涼まつりが開催されました。こども達の踊りやダンス、老友会の皆さんの踊り、エイサーなどが披露されました。かき氷や焼きそば、豚汁、キッチンカーも出て大賑わい。自治会の豚汁美味しく頂きました!



まるらじ

8/15(火)のまるらじ。ゲストは沖縄ハンズオンNPOの赤嶺龍風さん(写真中央)。「しまくとぅばの普及推進」、沖縄市こどものまち推進部こども相談健康課の委託事業「沖縄市出前児童館(キッズデポ)」、沖縄県認知症行方不明者家族の会等、活動が多岐にわたり、話題満載でした。

発行: 沖縄市地域包括支援センター西部南  
沖縄市山内1丁目3-25(1F)  
☎: 098-982-2020 fax: 098-982-2021  
編集: 城間清美・比嘉実希・照喜名重寿・石垣憲作

沖縄市まるっとつながるラジオ  
FMコザ76.1MHz「まるらじ」  
毎週火曜日午前10時から放送中  
※包括支援センターの情報を発信中!