

# きみの はとふる・たいむ

「たいじょうが この町みんな サポーター」  
紀美野町では、これを合言葉に「認知症サポーター養成講座」  
に取り組んでいます。

認知症サポーター養成講座とは、認知症を正しく理解し  
自分のできる範囲で、認知症の人と その家族を温かく見守る人 =  
認知症サポーターを養成するための 住民講座をいいます。

現在、紀美野町では小学生から高齢者まで 3,135人(令和元  
年6月現在)の認知症サポーターが誕生しています。

町の高齢者数は 4,044人なので、高齢者1人当たり 約0.8人  
の認知症サポーターが見守っていることになります。

認知症は 誰にでも起こりうる 脳の病気です。  
高齢者だけの病気ではなく、55歳以下で発症する  
若年性認知症もあり、決して他人事ではありません。

もしあなたが認知症になったら...

まわりにどう対応してほしいですか？

もし家族が、友達が認知症になったら....

あなたには 何か できますか？

こたえは 講座の中にあるかもしれません！！

さあ、あなたも認知症サポーターになりませんか？？

お問い合わせは：保健福祉課 TEL 489-9960

・今回は、

「認知症  
サポーター  
養成講座」  
について

講座は...1時間程度

受講料...無料

修了者には...サポーターの証の

オレンジリングを渡します



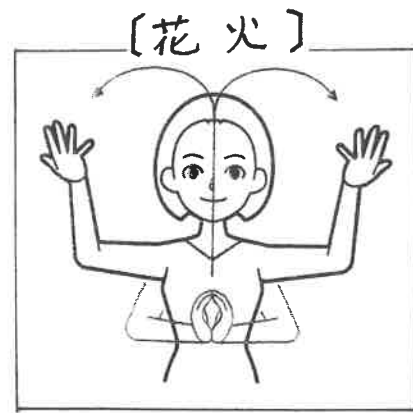
手話  
つち



右手掌を下にした右手2指を交互  
に上下させながら右へ移動する



開いた左手2指の内側で右手2指  
を上下させながら右へ移動する



甲を膨らませ両手を付け合わせ、  
上へ上げて左右へ開く



配慮を  
必要とする人を示すマーク④

自動車に付けるマーク

身体障がい者  
標識



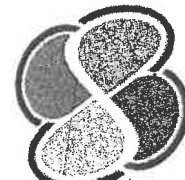
肢体不自由など  
運転免許に条件  
が付く人が車に表示。

聴覚障がい者  
標識



聴覚障がいなど、  
免許条件が付く人  
が車に表示。  
(義務付け)

高齢運転者  
標識



70歳以上で運転に  
影響を及ぼす可能  
性のある方が対象。

## ボランティア 伝言板

### ポリ袋クッキング

#### はじめの一歩

—材料—

- |                       |                |
|-----------------------|----------------|
| ① ぞうめん(半分は折る) 1束(50g) | ② てんさい米唐 小さじ1  |
| ナス 小1個(80g)           | しょうゆ 小さじ2      |
| きざみ蕎麦粉 10g            | 水 300ml(1Lの半分) |
| 昆布茶 小さじ1/4            | きざみネギ 少々       |

※ ナスは縦半分に切り、皮に切り目をいれると火が通りやすく、  
味もしみやよいです

### なすそうめん

—作り方—

- ① ポリ袋に①を入れ、水を張った鍋に沈めて空気を抜き、袋の口を結んで火にかける
- ② 沸いたら、やや火を弱めて、沸騰を保つ
- ③ 沸騰後10分で火を止め、器に盛り、きざみネギを盛る

### 【必ず役立つ 震災食】より

編 著 公益社団法人 石川県栄養士会  
〒920-0963  
石川県金沢市出羽町2-1 県庁出羽町分室  
TEL-FAX 076-259-5061  
発 行 株式会社 北国新聞社  
〒920-8588  
石川県金沢市寿町2-1  
TEL 076-260-3587(出版局直通)  
FAX 076-260-3423

### タクシー利用者へのお手伝い

・街中でタクシーを呼び止められずに  
いたら、「タクシーをお探してですか？」  
と声をかけてタクシーを止めましょう。  
必要であれば、乗車時のお手伝いも。

ボランティアだより