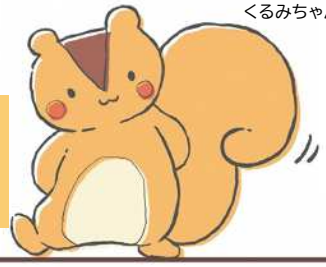
知ってつながる、認知症の情報だより
不定期発行｜令和8年10月発行

品川区認知症啓発キャラクター
くるみちゃん



くるみちゃん通信 NO.9

更に学べる！認知症サポーターステップアップ講座

「知る」から「できる」へ ～認知症サポーター養成講座との違い～

認知症サポーター養成講座
テキストを用いて認知症の基礎知識や接し方について学ぶ90分の講座

認知症サポーターステップアップ講座
認知症本人の行動の理由や気持ちを考える講座
※基本講座を受講済みの方対象

認知症サポーター企画会議
認知症サポーターとしてできることを考える場
※令和５年度より認知症啓発イベント「しながわオレンジフェスタ」を実施

「認知症サポーター養成講座」は、認知症に関する正しい知識と理解を持ち、認知症の人やその家族に寄り添いながら、地域でともに支え合う「認知症サポーター」を養成する基本講座です。認知症の症状や接し方の基本を学び、「自分にもできることがある」と気づくきっかけとなります。

一方、「認知症サポーターステップアップ講座」は、認知症サポーター養成講座で学んだ知識をさらに深め、地域での活動につなげるための講座です。

講座では、「困っている方にどのように声をかければよいか」「本人の思いを尊重した支援とは何か」など、身近な事例をもとに考えながら学びます。また、参加者同士で意見交換を行い、地域でできる支え合いについて具体的に考える機会にもなっています。

認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、専門職だけでなく、地域の皆さんの理解と協力が欠かせません。

「知っている」から「できる」へ。

ステップアップ講座は、学んだ知識を地域での行動につなげるための一歩となる講座です。認知症への理解をさらに深めませんか。

みんなでつくる 認知症サポーター企画会議！

ステップアップ講座の受講者を対象に、企画会議を定期的に開催しています。

サポーターの皆さんは、1年間を通じて集まり、「地域の皆さんに認知症を身近に知ってもらうにはどうすればよいか」をじっくり話し合いながら、10月に開催される認知症啓発イベント「しながわオレンジフェスタ」の具体的な企画を練り上げています。講座での気づきやそれぞれのアイディアを形にし、温かいイベント作りへとつなげています。

ステップアップ講座のその先へ ～チームオレンジで地域を支える～

認知症サポーターステップアップ講座で得た認知症への理解や実践的な学びをチームオレンジの活動に生かしていきます。

チームオレンジは、認知症の人や家族、認知症サポーターがチームを組み、認知症の人やそのご家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられることを目指し、認知症の人の移動支援や地域での見守り、認知症カフェやイベントの運営・協力などさまざまな活動を行う地域での取り組みです。



一人で支援を行うのではなく、認知症地域支援推進員や関係機関と連携しながら、それぞれができることを持ち寄り、地域の支え合いを育んでいきたいと思っています。認知症になっても自分らしく暮らし続けられる地域づくりには、多くの人の温かいつながりが欠かせません。ステップアップ講座で学んだ知識や経験は、チームオレンジでの活動を通して、地域を支える大きな力となれたらと思います。



認知症サポーターステップアップ講座に参加したいときは

区ホームページ、
広報しながわに掲載しています。
ぜひ、ご参加ください。

区ホームページは
こちら▶





認知症地域支援推進員 Q&A



認知症サポーター
ステップアップ
講座担当

有限会社　新井湯
介護事業部

認知症通所介護
くおりあ･湯～亀
管理者
渡邊　扶美

Q 推進員活動目標は？

A 認知症になっても安心して暮らせる地域づくりのため、小学校、中学校等の公共機関で認知症サポーター養成講座を開催し、皆さんと一緒に地域をつくっていくことです。
さらにその先を学ぶステップアップ講座へ繋げ、実践的な支えあいの輪を広げたいと考えています。

Q マイブームは？

A 休日に3日分の夕食を作り置きすることです。始めて3ケ月が経ち、レシピのレパートリーも増えいくのが毎回の楽しみになっています。
平日の夕飯を考えなくてすむので、安心感は想像以上♪　ハマっています。

ご覧の皆さまへのメッセージ

日々のちょっとした準備や工夫が安心に繋がるのは、地域の支えあいや認知症への備えも同じだと感じています。ステップアップ講座では早期からの気づきや具体的なサポートについて、みなさまと一緒にわかりやすく学んでいます。「知ることで安心できる」そんな温かい講座をお届けします。ぜひ気軽にご参加下さい。



発　　行｜品川区 高齢者地域支援課 認知症施策推進係
TEL:03-5742-6802 FAX:03-5742-6882
執筆協力｜品川区認知症地域支援推進員 渡邊　扶美
（有限会社　新井湯　介護事業部
認知症通所介護くおりあ･湯～亀　管理者）

過去の通信は
こちら◀