横浜市認知症サポーター養成講座
開催の手引き

目　次

Ⅰ　認知症サポーターとは　・・・１
　１　目的　・・・１
　２　キャラバン・メイトとは　・・・１
　３　自治体事務局　・・・２
　４　認知症サポーター養成講座の概要　・・・３
　５　使用教材・グッズについて　・・・６

Ⅱ　関係様式集　・・・９
　（様式１）認知症サポーター養成講座　開催計画書
　（様式２）認知症サポーター養成講座　開催報告書
　（様式３）メイト情報変更依頼書
　（様式４）キャラバン・メイト　登録削除届

Ⅲ　付録　・・・14
（１）メイト向けまちかどケアＬＩＮＥ公式アカウント（アプリ）
（２）オンラインによる認知症サポーター養成講座用の動画教材

Ⅰ　認知症サポーターとは

厚生労働省は、認知症に対する偏見や誤解をなくすとともに、認知症になっても安心して地域で暮らせるよう、２００５年から「認知症を知り地域をつくる１０カ年」のキャンペーンを始めました。このキャンペーンのひとつに、**地域で暮らす認知症の人やその家族を見守る応援者である認知症サポーターを増やし、認知症になっても安心して暮らせるまちになることを目指す「認知症サポーターキャラバン」事業**があります。

横浜市でも２００５年から取組を始め、地域住民、小・中・高等学校の生徒、商店街や金融機関などの様々な方に認知症サポーターになっていただいています。

２０１９年（令和元年）６月「認知症施策推進大綱」では、認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら**「共生」と「予防」**を車の両輪としてさまざまな施策を推進しています。私たちの認知症に対する更なる理解や社会全体での取り組みが求められています。

１　目的

正しい認知症に関する知識を持って、地域や職場で認知症の人と家族を温かく見守り、支援する応援者（認知症サポーター）の養成を推進します。

２　キャラバン・メイトとは

認知症サポーターの育成にあたって、認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法等を地域住民に伝える講師役が「キャラバン・メイト」です。キャラバン・メイト養成研修修了者は、全国キャラバン・メイト連絡協議会が作成・管理する「キャラバン・メイト」名簿に登録されます。

キャラバン・メイトには、次のような役割が期待されています。

（１）　地域住民を対象に自ら講座を開催します。
（２）　地域住民や職域、学校等からの依頼により、認知症サポーター養成講座の講師を務めます。（直接依頼を受けるほか、事務局から依頼を行うこともあります。）
（３）　キャラバン・メイト本人の友人や家族・近隣等の身近な人に対し、ミニ学習会を開きます。

（４）　自らも、認知症サポーターとして、身近にいる認知症の人及びその家族への支援を行います。

・介護家族等への相談、助言
・相談場所や専門機関等の情報提供　等

（５）　留意事項

キャラバン・メイトが実施する「認知症サポーター養成講座」は、ボランティアの活動と位置づけていますので、**受講にかかる費用は、原則無料**で行ってください。また、年３回程度、講座の講師を務めるようお願いします

※全国キャラバン・メイト連絡協議会では、講座の講師を年 10 回程度 務めるよう示しています。

３　自治体事務局

認定 NPO 法人市民セクターよこはま（認知症サポーターキャラバン事業委託先）に、認知症サポーター養成講座の開催や、キャラバン・メイトの活動を支援する「事務局」を設置しています。

全国規模での認知症サポーター数の把握のため、認知症サポーター養成講座の実施状況を全国キャラバン・メイトの登録情報変更内容を全国キャラバン・メイト連絡協議会に報告する事務も行っています。登録しているメイト情報に変更が生じた場合には、「メイト情報変更依頼書」「メイト登録削除届」を事務局にメールでご提出ください。

横浜市キャラバン・メイト事務局（認定 NPO 法人市民セクターよこはま）

E-MAIL：mate@shimin-sector.jp
TEL:045-222-6501　FAX:045-222-6502

４　認知症サポーター養成講座の概要

（１）　講座の主催

キャラバン・メイトが自ら主催するほか、区や地域包括支援センター、自治会や企業、学校などが主催者となり、講座を開催することができます。

（２）　講師

キャラバン・メイト

（３）　受講対象者

地域住民、職域、学校、団体・企業等の従事者など。

（４）　講座開催の流れ

✉メールの場合

① 開催計画書・報告書の規定用紙をまちかどケア HP よりダウンロードする
https://machikadocare.jp/try/?anchor=for-mate

▼

② 計画書シートに必要事項を入力する

▼

③ 開催予定日１月前まで に市民セクターよこはま宛てにメールで送付する
メールアドレス：mate@shimin-sector.jp
※メールのタイトルに「●月●日サポーター養成講座開催計画書」をつける

▼

④ 講座開催後２週間以内に、開催報告書シートに必要事項を入力して、市民セクターよこはま宛てにメールで送付する
※メールのタイトルに「●月●日サポーター養成講座開催報告書」をつける

▼

⑤ 提出済みの計画書記載の内容に変更がある場合
メールタイトルを「●月●日開催予定講座の変更」とし、連絡する
メール本文に、計画書記載の以下３点を必ず明記する
（開催予定日時、受講対象者、会場）
その上で変更部分を連絡すれば、計画書の再提出は不要

▼

⑥ テキストとサポーターカードの受取について
5―使用教材・グッズの（5）申込・受渡方法・・7P を参照

◆LINE 公式アカウント利用の場合

Ⅲ（付録）の「まちかどケア LINE アプリについて」を参照

（5）　講座内容

基本カリキュラム（全国に共通）にそって対象者に合わせた内容により実施し、カリキュラムの時間配分はおおむね９０分を目安とします。

基本となる内容	標準時間
●認知症サポーターキャラバンとは	15 分
●認知症を理解する（1） １　認知症とはどういうものか ２　認知症の症状 ３　中核症状 症状１　記憶障害 症状２　見当識障害 症状３　理解・判断力の障害 症状４　実行機能障害 症状５　感情表現の変化 ４　行動・心理症状（BPSD）とその支援 元気がなくなり、引っ込み思案になることがある 身の周りの事に支障が起こってくる 周辺の人が疲弊する精神症状 行動障害への理解	30 分
●認知症を理解する（2） ５　認知症の診断・治療 早期発見、早期治療が大事なわけ 認知症の治療 認知症の経過と専門家との関係 成年後見制度/地域福祉権利擁護事業 ６　認知症の予防についての考え方 ７　認知症の人と接するときの心がまえ ８　認知症の介護をしている人の気持ちを理解する	30 分
●認知症サポーターとは **●認知症サポーターのできること**	15 分

（計 90 分）

認知症サポーター養成講座を開催する際のワンポイントアドバイス

内容の構成

国が中心となり全国展開している事業であるため、基本的には認知症サポーター養成講座基本カリキュラムの内容に沿って実施します。受講対象者の特性に合わせて特徴のある内容を入れます。

＊ポイント＊

・事前打合せ等で、聞きたい内容について把握します。

・自分たちも認知症になる可能性があり無関係ではないということを意識してもらいます。

・関心の持てる内容で講座を展開します。

・明日から役に立つような具体的なレベルの内容も取り入れます。
　＊地域の情報（市内の取り組み等）や社会資源など

・受講者が主体的に参加できる講座となるよう工夫します。
　（具体例）
＊参加動機や認知症の方に接した経験など共有する時間をつくる
＊ＤＶＤの悪い対応例を視聴後に望ましい対応を話し合う時間をつくる　など

５　使用教材・グッズについて

（１）　テキスト・教材

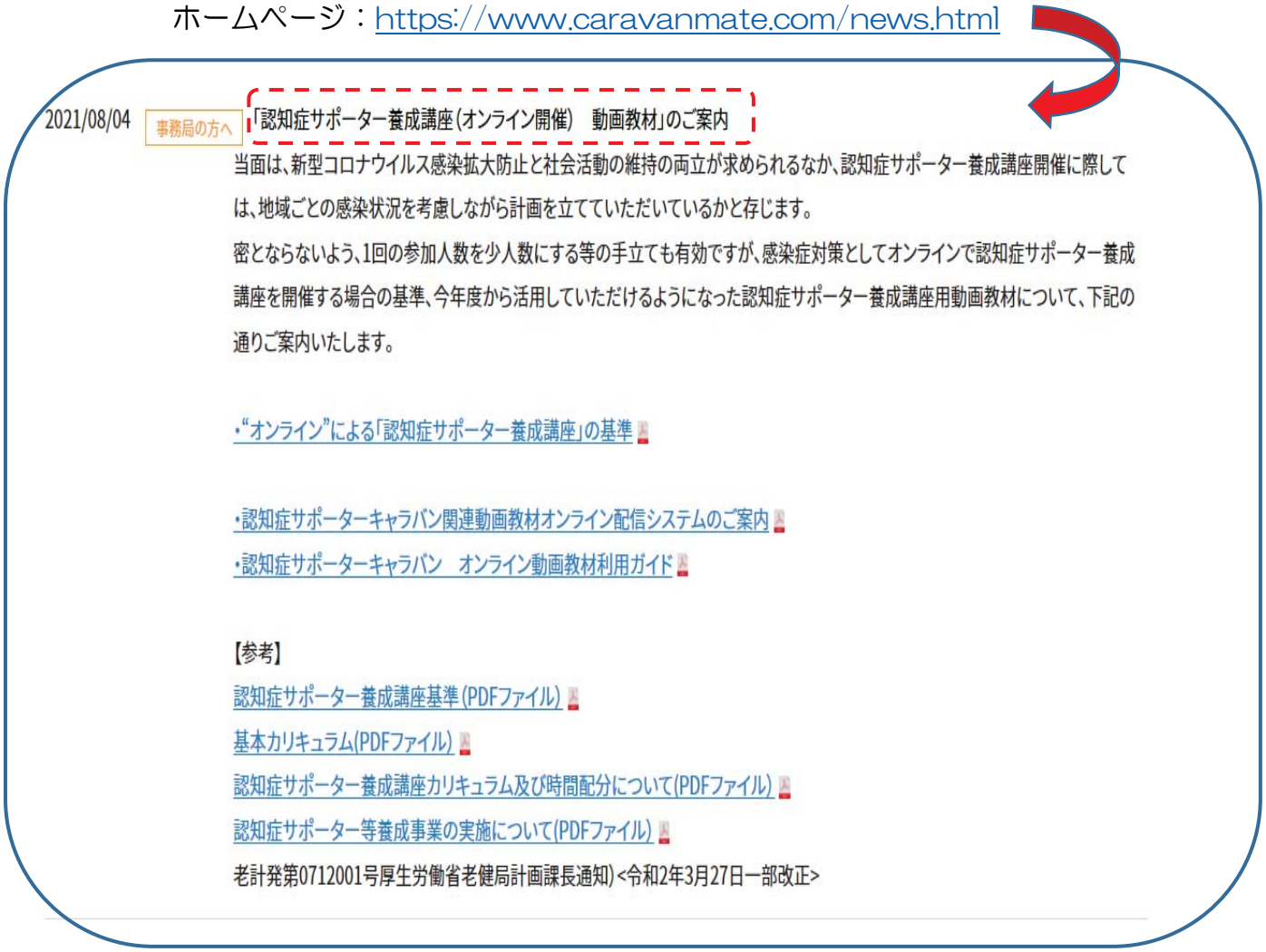
講座で使用する教材は、「横浜市版テキスト　みんなで学ぶ認知症（無料）」を基本とし、小中学生用のテキスト（副読本）も講座開催に伴う必要数を無料配布します。なお、独自に作成した資料の使用も可能です。

使用教材	標準テキスト（横浜市版）	標準テキスト（全国版）※有料
	小中学校テキスト（全国版）	独自資料
	オンライン動画配信教材	キャンペーンＤＶＤ

（２）　オンライン動画配信と教材について

オンライン動画教材の使用については、全国キャラバン・メイト連絡協議会のホームページ「認知症サポーター養成講座（オンライン開催）動画教材のご案内」を参照願います。動画教材は付録（２）も参照ください。

ホームページ：https://www.caravanmate.com/news.html



2021/08/04　事務局の方へ　「認知症サポーター養成講座（オンライン開催）　動画教材」のご案内

当面は、新型コロナウイルス感染拡大防止と社会活動の維持の両立が求められるなか、認知症サポーター養成講座開催に際しては、地域ごとの感染状況を考慮しながら計画を立てていただいているかと存じます。

密とならないよう、1回の参加人数を少人数にする等の手立ても有効ですが、感染症対策としてオンラインで認知症サポーター養成講座を開催する場合の基準、今年度から活用していただけるようになった認知症サポーター養成講座用動画教材について、下記の通りご案内いたします。

・“オンライン”による「認知症サポーター養成講座」の基準

・認知症サポーターキャラバン関連動画教材オンライン配信システムのご案内

・認知症サポーターキャラバン　オンライン動画教材利用ガイド

【参考】

認知症サポーター養成講座基準（PDFファイル）

基本カリキュラム（PDFファイル）

認知症サポーター養成講座カリキュラム及び時間配分について（PDFファイル）

認知症サポーター等養成事業の実施について（PDFファイル）

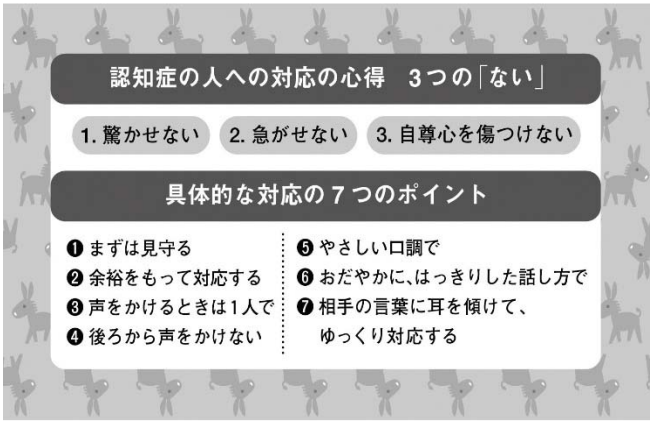
老計発第0712001号厚生労働省老健局計画課長通知）<令和2年3月27日一部改正>

（３）　認知症サポーターカード

認知症サポーターカードは、初めて受講した方へ無料配布します。

（表）

（裏）



※講座を受講した証として、令和２年度まで「オレンジリング」を配付していましたが、令和３年４月から、実施主体ごとに作成する「認知症サポーターカード」を配付し、**オレンジリングは有料**となりました。購入を希望される方は、下記を参照ください。

（４）　グッズ等について

グッズは１個からお申込みできます。※送料は別途かかります。

申込・受渡方法は次ページ（５）をご参照ください。

グッズ　等 （有料）	標準テキスト（全国版）	105円
	オレンジリングS（内径55ミリ）	100円
	オレンジリングM（内径56ミリ）	100円
	オレンジリングL（内径57ミリ）	100円
	ロバのピンバッチ	210円
	ロバのステッカー	210円

（５）　申込・受渡方法

「認知症サポーター養成講座　開催計画書」（様式１）を作成し事務局に提出します。開催計画書は横浜市及び、キャラバン・メイト事務局（市民セクターよこはま）のホームページから取得できます。

◆横浜市のホームページ
https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/fukushi-kaigo/koreisha-kaigo/ninchisyo/ninchi-torikumi/caravan.html

◆キャラバン・メイト事務局（市民セクターよこはま）のホームページ
https://machikadocare.jp/try/?anchor=supporter-desk

※メイト向けまちかどケアＬＩＮＥ公式アカウント（アプリ）をご利用の方は、アプリからの申請が可能です。

・「横浜市版テキスト　みんなで学ぶ認知症」および認知症サポーターカードは、お住いの区役所でも受け取ることができます。
その際は、事前に事務局へ「計画書」を提出していることを区役所にお伝えください。
・小中学生用のテキスト（副読本）は、事務局より送付します。
・主催者で購入いただくグッズ等は、全国キャラバン・メイト連絡協議会から直接送付されますので、お届け先ご住所を「開催計画書のサポーターグッズ申込書」の請求先住所欄にご記入願います。

Ⅱ　関係様式集

（様式１）認知症サポーター養成講座　開催計画書
（様式２）認知症サポーター養成講座　開催報告書
（様式３）メイト情報変更依頼書
（様式４）キャラバン・メイト登録削除届

記入例

（様式1）

横浜市用

認知症サポーター養成講座　開催計画書

計画No.		提出日	2021年	5	月	1	日
全国No		開催日	2021年	6	月	12	日

○メイトは太枠内を記入

主催者名	横浜町内会	担当者名	横浜　太郎		
		連絡先（TEL）	045-000-0000		
		メール	@		
受講団体・グループ名	横浜町内会　地域住民	一般参加	○	連絡先公開可否 ※　下の欄で回答	
会場	横浜町内会館	HP公開可否 ※一般参加○の場合のみ	×	×	
開催形式	対面式				
受講対象者	住民	開催区	鶴見区	受講予定者数	30　人

担当メイト	メイトID	メイト名	メイトID	メイト名
	神奈川-29-0001	横浜　花子		
	神奈川-29-0002	横　浜子		

講座の構成	内容	時間配分			
	・認知症サポーターキャラバンとは？	9:30	～	9:45	(15分)
	・認知症を理解する①	9:45	～	10:15	(30分)
	・グループワーク「こんな時どうする？」	10:15	～	10:35	(20分)
	・認知症を理解する②	10:35	～	10:50	(15分)
	・身近な相談窓口	10:50	～	10:55	(5分)
	・認知症サポーターとしてできること	10:55	～	11:00	(5分)

使用教材						
	標準テキスト（横浜市版）	○	標準テキスト（全国版）		小学生用テキスト（全国版）	
	中学生用テキスト（全国版）		キャンペーンDVD	○	配布資料（独自）	
	オンライン動画配信教材					

※令和3年度以降の　認知症サポーターの証となる　グッズが変更になります。
令和3年3月20日以降のお申し込み分よりオレンジリングは有料、認知症サポーターカードを無料配布します

サポーターグッズ申込書

	品名	代金	数量		受取方法	備考
無料	標準テキスト（横浜市版）		30	冊	事務局より直送	テキスト・認知症サポーターカードの余りは返品していただきます。
	小学生用テキスト（全国版			冊		
	中学生用テキスト（全国版			冊		
	認知症サポーターカード		30	枚		
有料	標準テキスト（全国版）	105円		個	全国キャラバン・メイト連絡協議会から直送	別途、送料がかかります。
	オレンジリングS（内径55ミリ）	100円		個		
	オレンジリングM（内径56ミリ）	100円		個		
	オレンジリングL（内径57ミリ）	100円		個		
	ロバのピンバッチ	210円		個		
	ロバのステッカー	210円		個		

教材（品名）	数量		受取方法	備考
.キャンペーンDVD	1	枚	事務局より直送（No.　　）	終了後、返却していただきます。

送付先住所 （連絡先公開可の方は、特に指定のない限り、この連絡先を公開します。）	【送付先名称（担当者名）】 横浜　花子	【送付先TEL】 045-671-○○○○
	【送付先住所】 〒231-0005 横浜市中区本町6－○	【送付先FAX】 045-550-○○○○
請求先住所 （有料グッズ等を購入される場合の送付先および請求書送付先）	【送付先住所と送付先名称（担当者名）】 〒	【送付先TELとFAX】 TEL： FAX：
【注意事項】	1．本表は開催1カ月前までに事務局（市民セクターよこはま）へ提出してください。 2．サポーターグッズは開催の1週間前までに送付先住所までお送りいたします。 3．横浜市版冊子を、区役所高齢・障害支援課へ取りに行くことに御協力いただける場合は、各区高齢・障害支援課に御連絡いただいたうえで取りに行っていただくようお願いいたします。	

横浜市キャラバン・メイト事務局（市民セクターよこはま）　TEL：045-222-6501　FAX：045-222-6502

（様式2）

横浜市用

認知症サポーター養成講座　開催報告書

○メイトは太枠内を記入

計画No.	横浜市○○	提出日	年		月		日
全国No	○○	開催日	年		月		日

受講団体・グループ名		開催区	
受講対象者		受講者数	人
受講対象者詳細			
神奈川県ホームページ（http://www.pref.kanagawa.jp/docs/u6s/cnt/f6401/p1141509.html）への企業名等掲載希望について ※受講対象者が「2．企業・職域団体」の場合は、企業名等を神奈川県ホームページに掲載することができますので、受講対象者に掲載の希望について御確認下さい。掲載が可の場合は、右の欄に○をつけてください（○がついていない場合は、掲載対象としません）。			
受講者に、認知症の人や家族を支援する具体的な活動（認知症カフェのスタッフ、認知症の方の見守りボランティアなど）に参加してもらうことを前提とした認知症サポーター養成講座を実施した場合は、右の欄に○をつけてください。			

年代内訳	10代		20代		30代		40代		50代		60代		70代以上		合計（自動計算）	
女性		人		人		人		人		人		人		人	0	人
男性		人		人		人		人		人		人		人	0	人
合計（自動計算）	0	人	0	人	0	人	0	人	0	人	0	人	0	人	0	人

担当メイト	メイトID	メイト名	メイトID	メイト名

講座の構成	内容	時間配分 時間帯			時間
			～		
			～		
			～		
			～		
			～		
			～		

テキスト・認知症サポーターカード残部の返却場所		返却する区役所（区役所に直接持参する場合のみ）
		高齢・障害支援課

その他（講座に関するコメント・備考）	

【注意事項】	1．報告書は講座終了後2週間以内に事務局（市民セクターよこはま）へ提出してください。 2．報告書は必ず計画書と対応するように御記入下さい。記入内容に不備がある場合は、再度御記入をお願いする場合もございます。

横浜市キャラバン・メイト事務局（市民セクターよこはま）TEL：045-222-6501　FAX：045-222-6502

（様式3）

メイト情報変更依頼書

依頼主（　〇〇県　〇〇市　〇〇課　）担当者氏名

メイトID　神奈川-23-0000

氏名　〇〇　●●

部分は必ず記入して下さい。

	変更前	変更後
氏名（名字）		
氏名（名前）		
所属自治体名（都道府県）		
所属自治体名（市区町村）		
郵便番号		
住所1（都道府県）		
住所2（市区町村）		
住所3		
TEL		
FAX		
Email		
所属（勤務先等）		

※登録情報の変更が必要な項目のみ、「変更前」「変更後」の内容を明記して下さい。

★登録必須項目〈変更があった場合は、必ずご記入ください〉
・「所属自治体名」
・「住所」「電話番号」「FAX番号」「Email」のいずれか（確実に連絡がとれるもの）

※メイト登録情報の変更は、原則としてキャラバン・メイト本人のお申し出により、
現在（異動する前）所属している自治体事務局（またはメイト研修実施自治体事務局）を通して、
全国キャラバン・メイト連絡協議会へメールまたはFAXにてご連絡ください。

※異動先の自治体事務局へは、全国キャラバン・メイト連絡協議会から、異動のあった旨の
ご連絡をいたします。

何卒よろしくご協力のほどお願い申し上げます。

全国キャラバン・メイト連絡協議会
メール：caravanmate@orange.email.ne.jp
電話：03-3266-0551　FAX：03-3266-1670
担当：土屋

（様式4）

記載日：令和　　年　　月　　日

キャラバン・メイト 登録削除届

全国キャラバン・メイト連絡協議会　御中

メイト ID　　-　　-

氏名　　印

〈所属自治体記入欄〉

所属自治体名 （市区町村または都道府県名）	担当課	担当者名

キャラバン・メイトとしての活動が困難となったため、下記を了承した上で登録削除について届け出をいたしますので、よろしくお取りはからいくださいますようお願いいたします。

・今後いかなる理由があっても、再登録を希望いたしません。
・キャラバン・メイト養成研修を今後、再受講いたしません。

登録削除の理由	
サポーター講座開催回数 （登録時からの累計）	回

※キャラバン・メイト養成研修は「認知症サポーター養成講座を年間 10 回程度（最低実施数 3 回）、ボランティアの立場で行える」ことを前提に、受講していただいています。登録削除の理由については、この前提を踏まえて記載してください。

〈全国キャラバン・メイト連絡協議会記載欄〉

受理日：令和　　年　　月　　日

Ⅲ　付録

（1）メイト向けまちかどケアＬＩＮＥ公式アカウント（アプリ）
（2）オンラインによる認知症サポーター養成講座用の動画教材

つながる認知症ケア・コミュニティ
まちかどケア
MACHIKADO CARE

まちかどケアＬＩＮＥ公式アカウント

友だち登録をしよう

まちかどケア
チャットボットキャラクター

キャラバン・メイトの
伝次郎

スマートフォンのＬＩＮＥ（ライン）でまちかどケアを友だち登録すると、
まちかどケアの便利な機能やサービスを利用することができます。
まずは友だち登録をしてみましょう。

QR コードから簡単に友だち登録できるよ！

市民向け

市民向けはどなたでも
ご利用いただけます。

メイト向け

メイト向けはメイトＩＤ
をお持ちの方のみご利用
いただけます。

◀ スマホで QR コードを読み取り
LINE の友だち登録をしてください。

メイト向けのすべての機能を利用するには
友だち登録後に利用申請を送信いただき、
事務局の承認が必要になります。

サポーター養成講座 計画書・報告書 をスマホで提出できる

スマートフォンからサポーター養成講座の計画書、報告書を提出することができます。

移動中やスキマ時間など、都合のよいときにどこからでも提出できる便利な機能です。ぜひご活用ください。

ココが便利！

スマホからいつでも計画・報告を提出できる！

事務局への問い合わせもできるよ

メイト向け 掲示板をみる/書く で気軽に情報交換できる

メイト活動や認知症に関することなどメイトさん同士で気軽に情報交換ができます。

メイトさんに相談したいこと、伝えたいこと、活動の日程や場所などを投稿したり閲覧したりできる機能です。

ココが安心！

クローズドな掲示板だから安心して使える！

ご注意

個人情報や個人を特定できるような投稿（電話番号、住所など）、またプライバシーに関する内容（病状等）の投稿はしないでください。

配信先を限定して投稿することもできる

別紙

「オンライン動画教材配信システム利用について」

1　動画教材の種類及び概要について

オンライン動画教材配信システムで視聴できる動画教材は下記のとおりです。

(1) 認知症サポーター養成講座関係

①　認知症サポーターキャラバン　キャンペーンビデオ【約 15 分】

2021 年 1 月改訂版の DVD「認知症サポーターキャラバン」と同内容。

②『認知症サポーター養成講座標準教材・認知症を学び地域で支えよう』準拠の動画教材【約 50 分】

標準教材の「第 1 章　認知症を理解する」の内容を網羅し、図解のスライドを用いた講義動画。

キャラバン・メイトによるオンラインでの認知症サポーター養成講座において、認知症の基礎知識（基本カリキュラム「認知症を理解する(1)(2)」に対応）の講義パートを動画視聴をもって行うことができる。

※認知症サポーター養成講座での活用のほか、ステップアップ講座において認知症の基礎知識の復習用に活用することもできる。

③『認知症ってなあに？』（アニメーション動画）【約 15 分】

『認知症サポーター養成講座小学生副読本』に準拠した内容。小学生の義人と翔子の兄妹が 30 年後の未来からやってきた謎の中学生、来人とともに認知症の基礎知識、対応のポイントや認知症サポーターについて学んでいく。

※小学生を対象とする認知症サポーター養成講座において、カリキュラムの一部として活用することができる。

※中学生以上を対象とする認知症サポーター養成講座で認知症の基本的理解の補足として使用する、ステップアップ講座において認知症学習の復習用に用いることも考えられる。

※『認知症ってなあに？』（アニメーション動画）については、DVD 版を有料でお分けすることができます（価格：1,650 円・税込み）。

④　企業・職域向け認知症サポーター養成講座　事例編【各事例約 7～9 分】

・金融機関編（ATM 操作が困難に、窓口・店頭での対応、口座残高についての苦情）
・スーパーマーケット編（売り場での対応、レジでの支払い、店舗内で行方不明に、同じ商品を何度も購入）
・交通機関編（鉄道の自動改札で、バスの終点停留所で、夜間のタクシー乗務中に）
・マンション管理編（共用廊下にて、水漏れの原因は…）
・訪問業務編（集金業務で、約束の日時に訪問したら…）
・ビジネスマン編（ランチタイムの相席で）

※各事例とも、1.認知症の人への接し方（解説）→2.悪い対応事例（事例）→3.望ましい対応事例（事例）→4.接し方のアドバイス（解説）で構成。

※【活用例】事例映像を題材に「悪い対応」「望ましい対応」のポイントについてキャラバン・メイトが補足講義を行う、または自分たちであればどのような対応をするかを検討・グループ討議をするなどにより発表。

※「ビジネスマン編」を除く 5 種類は事例 DVD（自治体等事務局へ平成 30 年 4 月に送付）と同内容。

横浜市健康福祉局　高齢健康福祉部　高齢在宅支援課

〒２３１－０００５　横浜市中区本町６－５０－１０
横浜市庁舎１６階
電話：０４５－６７１－４１２９
ＦＡＸ：０４５－５５０－３６１２
e-mail：'kf-zaitakude@city.yokohama.jp'

令和３年１１月１日作成