

私の仕事は 「ありがとう」を カタチに残すこと

北九州市保健福祉局総務部
認知症支援・介護予防センター
地域活動コーディネーター 中村真理子

1

北九州市の現状①



高齢者人口 284,531人

男性 116,977人

女性 167,554人

(高齢化率 29.6%)

地域包括支援センター 24圏域

2

北九州市の現状②

昭和38年[1963年]
2月10日 **北九州市発足**
(門司・小倉・若松・八幡・戸畑の5市が対等合併)



北九州市7区の紹介

門司区	小倉北区	小倉南区	
<p>門司港レトロ地区をはじめとする豊かな観光資源を有し、海峡と歴史のロマンあふれるまち。九州の陸、海の交通の要衝として、交流も盛んです。</p>	<p>商業や流通、金融、情報、医療、コンベンションなどの機能が集積した、北九州都市圏の中核をなすまち。城下町としての歴史や文化も薫ります。</p>	<p>日本有数のカルスト台地として知られる平尾台等、多彩で豊かな自然に加えて、北九州空港や自動車産業など、新しい産業が息づく躍進のまちです。</p>	
若松区	八幡東区	八幡西区	戸畑区
<p>若松北海岸やグリーンパーク等の豊かな自然に加え、環境産業のまちとしてエコタウン事業、次世代エネルギー関連施設などの集積が進んでいます。</p>	<p>官営八幡製鐵所関連施設を始め近代化産業遺産が数多く、皿倉山からの眺望は新日本三大夜景に選定。環境分野の先進的な取り組みも注目されています。</p>	<p>市内で最も人口が多く、充実した都市機能をもつ副都心。学園都市のにぎわいや長崎街道旧宿場町などの歴史、美しい自然が融合するまちです。</p>	<p>ユネスコ無形文化遺産の「戸畑祇園大山笠行事」を有する歴史に加え、教育、文化、福祉などの施設が充実。心豊かで快適な生活が楽しめる、文教のまちです。</p>

認知症支援・介護予防センターとは① ～ビジョンとミッション～

私たちは、いくつになってもこの街でその人らしく生き生きと暮らせる地域づくりをサポートするため、人材の育成と情報の収集・発信を通じて、介護予防と認知症支援に取り組む個人・団体の活動を支援します。



北九州市総合保健福祉センターの5階です。(平成28年4月1日開設)



認知症支援・介護予防センターとは② ～運営に関する連携協定～

センターの運営や各種団体との連携に関することについて、北九州市と5つの団体で連携協定を結び、認知症支援と介護予防を推進しています。

(連携協定団体)

NPO法人 老いを支える北九州家族の会
認知症・草の根ネットワーク
公益社団法人 北九州市医師会
一般社団法人 北九州市歯科医師会
公益社団法人 北九州市薬剤師会

5

認知症支援・介護予防センターとは③ ～貸館による団体活動の支援も実施～

研修室



多目的ルーム



活動ルーム

6

北九州市オレンジプラン

※H27年3月策定・H30年3月改訂（計画期間～37年度、数値目標～32年度）

<基本理念>

**市民一人ひとりが、認知症を正しく理解し、誰もが安心して暮らせる
『みんなで支え合うまち』**

<基本方針>

1. 市民一人ひとりが認知症のことを正しく理解する（普及・啓発）
2. 認知症の人やその家族を支える体制を構築する（支援体制）
3. 認知症の人やその家族の視点や意向を尊重する（意向尊重）

基本的な施策
(7つの柱)

1 認知症への**理解を深め「やさしい地域づくり」**の推進

2 認知症の人の生活を支える**医療・介護体制**の構築

3 認知症の人や家族を支える**相談・支援体制**の強化

4 **認知症予防**の充実・強化

5 **若年性認知症**施策の強化

6 **地域・民間・行政が一体**となった認知症対策の推進

7 **権利擁護・虐待防止**対策の推進

7

本市の認知症対策の主な特長

①政令市初 認知症対策専門部署の設置

- 平成26年4月～認知症対策室（本庁）
- 平成28年4月～**認知症支援・介護予防センターの設置**

②北九州市オレンジプラン策定

- 平成27年3月策定、平成30年3月改訂

③官民一体となった取組体制

- 医療・介護・金融・交通機関・市民団体等様々な分野が集う
「北九州市オレンジ会議」の開催
- 活発な民間の動き・・・「老いを支える北九州家族の会」
「認知症・草の根ネットワーク」

8

北九州市の保健・福祉体制の変遷

「市民本位」の体制 ⇒ 出前主義
「総合化(ワンストップ)」 ⇒ たらいまわしにしない

平成5年10月 各区役所「年長者相談コーナー」設置
＜保健師とケースワーカーをペアで配置＞

平成6年 4月 各区役所「保健福祉センター」設置
＜保健所と福祉事務所を統合＞

平成6年10月 市役所「保健福祉局」設置
＜民生局と保健局を統合＞

平成18年4月 各区役所 「統括支援センター」設置
市内24箇所「地域包括支援センター」設置
※ 市直営による運営(政令市で唯一)

9

地域包括支援センターの特徴

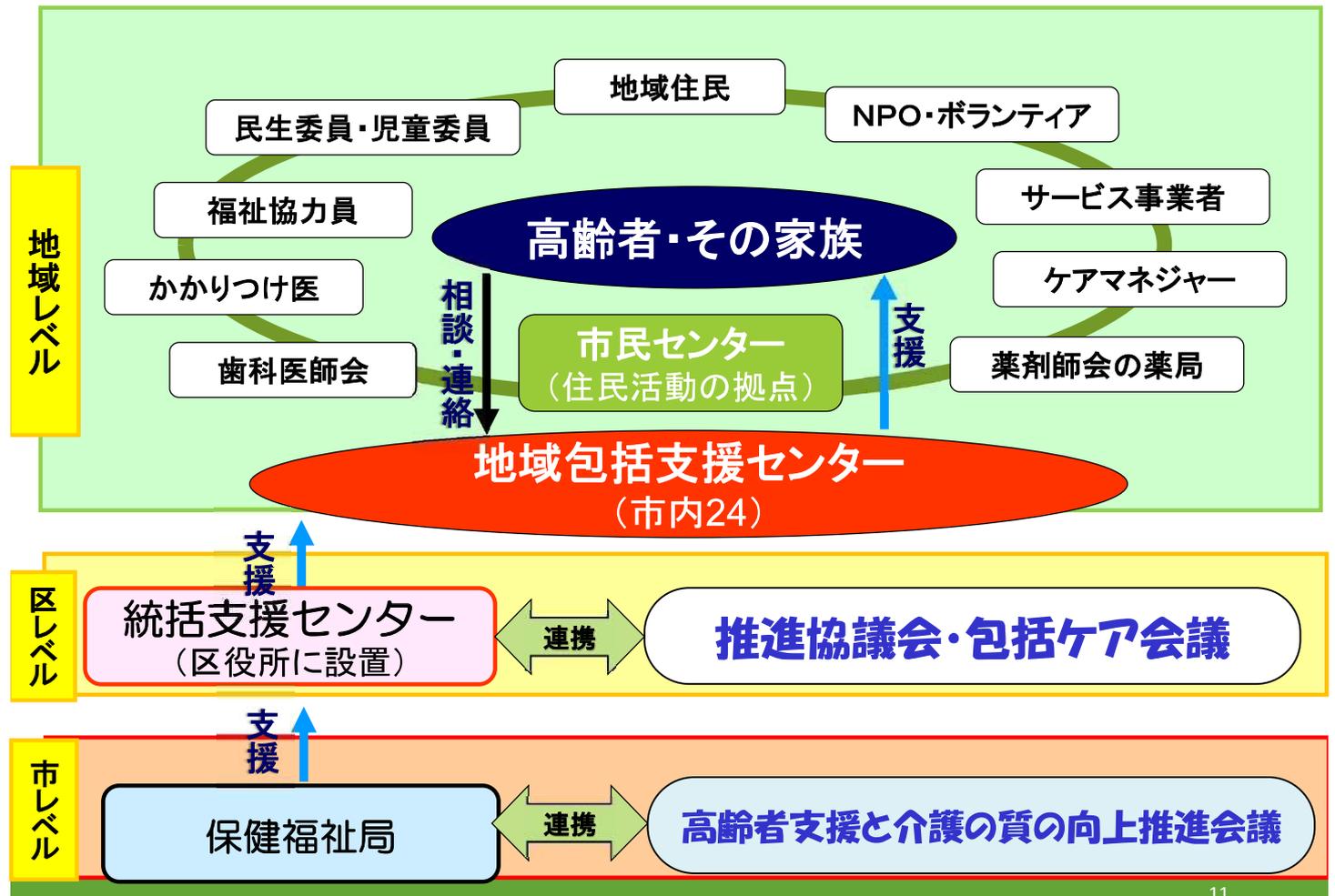
特色

直営（官民協働）による設置・運営

- ◆ **行政保健師**を配置し、地域と顔の見える関係
- ◆ 社会福祉士、主任介護支援専門員、予防給付担当
介護支援専門員
「北九州市高齢者支援と介護の質の向上推進会議」の
構成団体からの「出向」市嘱託員として配置
- ◆ 公正中立な仕組みづくり
- ◆ いのちネット係長等、区役所関係部署との連携による
事例への迅速な対応

10

地域包括支援センターと統括支援センターの関係性



区と市（保健福祉局）の役割

区（保健福祉課）

- ◆ 高齢者・障害者相談コーナー（介護保険に関すること、高齢者や障害者のサービスに関すること）
- ◆ 健康相談コーナー（健康づくり、特定健診、検診、予防接種等）
- ◆ 保健福祉相談コーナー（いのちをつなぐネットワーク 等）

市（保健福祉局）

地域福祉推進課	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 地域包括支援センターの設置、人員体制、管理運営 ◆ いのちをつなぐネットワーク事業
長寿社会対策課	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 介護保険以外の在宅サービス ◆ 権利擁護・虐待
認知症支援・介護予防センター	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 総合的な認知症対策の推進 ◆ 介護予防事業
健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 健康づくりと国保とが連携した医療費適正化の取組み
介護保険課	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 被保険者の資格及び給付 ◆ 要介護認定
地域医療課	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 在宅医療・介護の連携推進

市民への対応窓口について①

～区役所の体制～

保健福祉課

いのちをつなぐネットワーク推進係

高齢者・障害者相談係

地域包括支援センター

地域保健係

13

市民への対応窓口について②

～高齢者の相談窓口～



・ **高齢者**の保健・医療・福祉・介護に関する相談に応じる「総合相談窓口」です。

・ 保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員が在籍しています。

14

市民への対応窓口について③

～障害のある人の相談窓口～

高齢者・障害者相談係



・障害福祉サービスの利用を含め、さまざまな精神保健福祉相談にも応じる相談窓口です。

・精神保健は、保健師や心理職が担当しています。

15

認知症地域支援推進員 3名専従嘱託

役割分担

(地域コミュニティ畑出身の私)

模擬訓練支援

(1か月の1/3は講演活動)

サロン・カフェ支援

全体統括

(専門資格を持つ2名)

相談業務

東部・西部地区担当

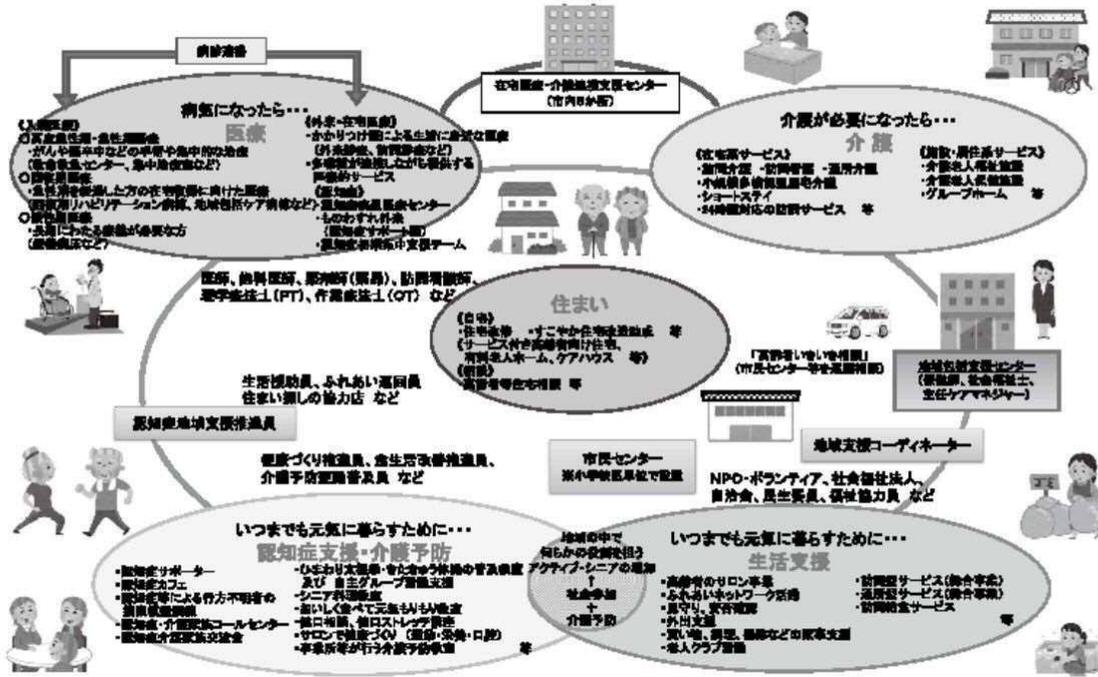
フィールドは地域(自治組織・地域有志)、事業所。
まず行き先について、情報収集。(お誘い・クチコミ・インターネット)
とにかく出向く。昼でも、夜でも、土・日でも。
会話で情報収集。試行錯誤の過程を共に体験する。
うまく一歩進めたときはともに喜び合い、「褒め」「感謝」を言葉にして伝える。

16

2025年に向けての大目標は？

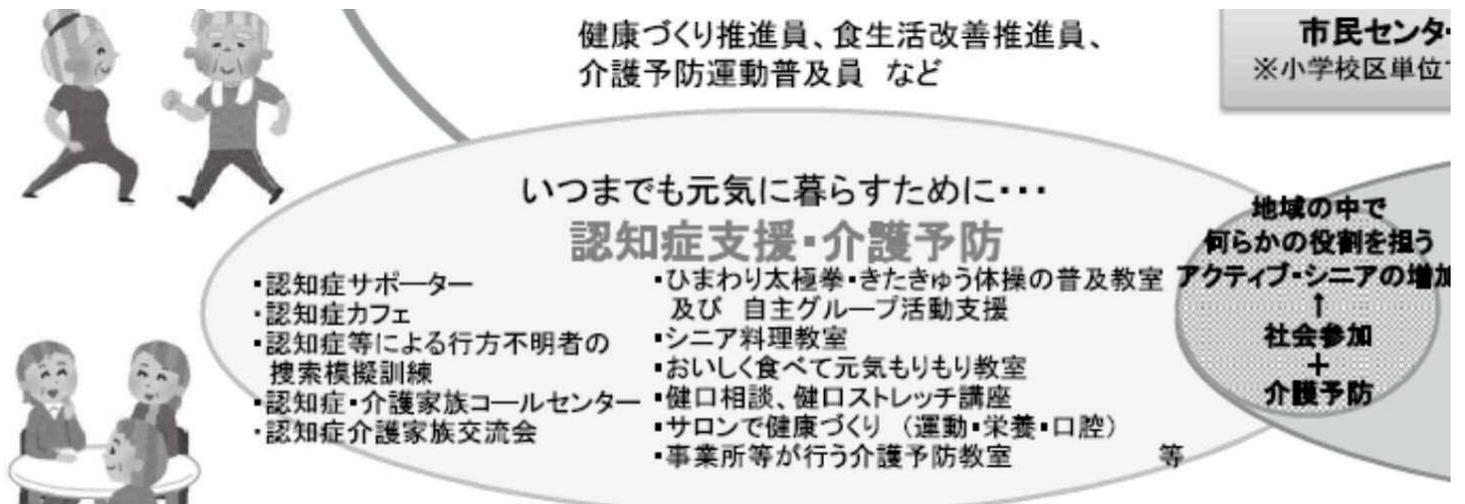
北九州市における地域包括ケアシステム

国境の世代が75歳以上となる2025年を目途に、病気や重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・生活支援・介護予防・住まいが一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を進めていきます。



いつまでも元気に暮らすために...

認知症・介護予防



介護保険以外の支援のしくみを支えているのは地域の方、地域密着型事業所の方、NPO...

2025年に向けてのしくみの構築

どうしたら、カフェやサロンが「いい居場所になる？」
とにかく作ろうで始めたけれど今が転換期！

しくみを支えている
地域の方や地域密着型
事業所の方に意欲をもって
向き合ってもらいたい。

模擬訓練はパフォーマンスじゃない！
現実のしくみも作っていきたい！
参加の層を少しずつ厚くするには？



19

地域・事業所のやる気を引き出そう！

ほめる！
感謝する！

直接会って
励ます！

頑張った成果を
形に残す！

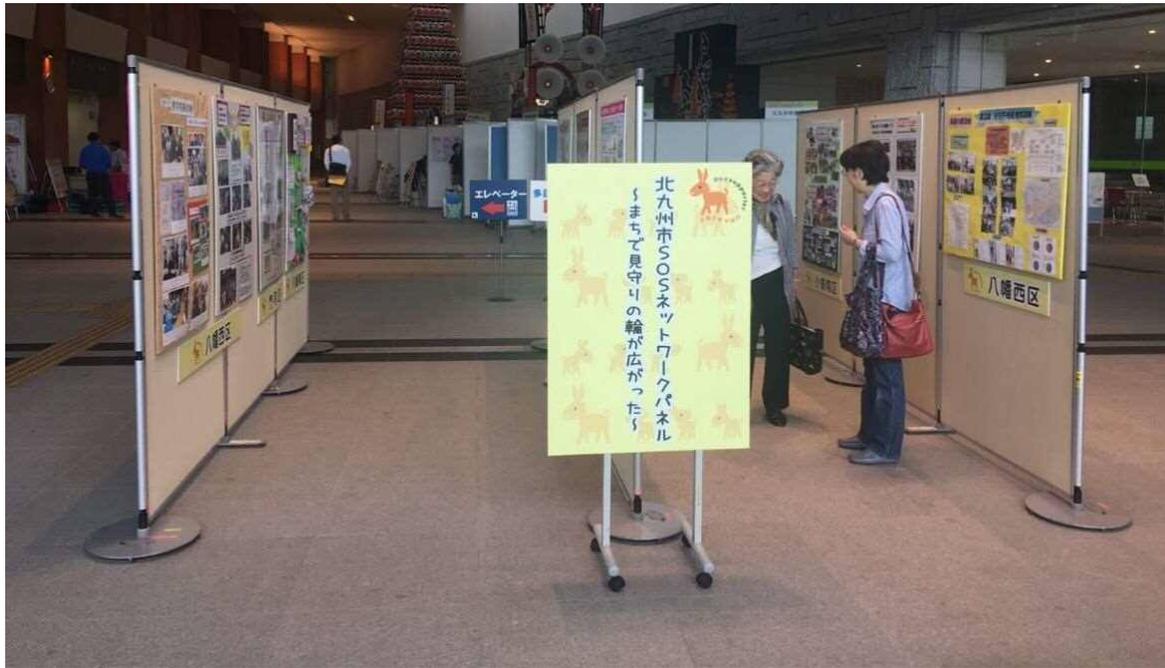
カフェは運営者がまず楽しもう！カフェの日はスタッフ6人配置。事業所のど真ん中。お菓子は手作り。参加人数が少なくて気持のいい「居場所」を提供し続ける！「マルシェ」から「会話を楽しむ空間」に！居場所には出てくる弱っている人もいる来れない人のところには2、3人の「お話し隊」が訪ねていこう！地域事業にお誘いを続ける

模擬訓練、初年度は役員だけの参加だった。福祉協力員対象に勉強会をするから講師をしてね。小中学生の参加が「認知症サポーター養成講座」の受講につながった！毎回運営リーダーを輪番制で町内会長が務める。みんなが模擬訓練に詳しくなる！地域のベンチはどこにある？地域の死角はどこだろう？実際の場面で助けられるように連絡方法を学ぼう！いろいろな角度から認知症を知ろう！今のうちに「お助け隊」を組織！

20

平成29年9月、10月

北九州市SOSネットワークパネル展

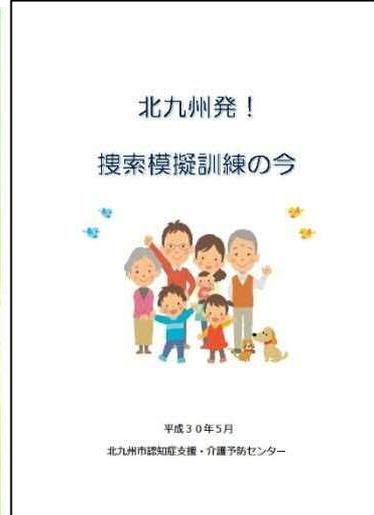


21

2つの冊子の作成

北九州市SOSネットワークパネル展
～まちで見守りの輪が広がった～
平成30年3月

北九州発！
搜索模擬訓練の今
平成30年5月



平成29年8月までの情報に基づき
19事例を掲載

SOSネットワーク交流会の資料として
今までに市内で実施した24の事例を掲載

22

推進員活動の方向性の記録として

認知症地域支援推進員通信
TSUNAGUタイムス」毎月15日に発行

TSUNAGUタイムス Vol.1
発行：認知症支援・介護予防センター
北九州市小倉北区馬場一丁目7番1号
TEL 093-522-8765
http://www.city.kitakyushu.lg.jp/page/ninkai-center/index.html

北九州市の認知症地域支援推進員（専任）です。よろしくお願ひします。

八幡東・八幡西・戸畑・若松担当 野澤 陽子
門司・小倉北・小倉南担当 松岡 由佳
全域・構築訓練・サロン支援担当 中村 真理子

この春より活動させていただきます。皆様との出会い、ふれあいを大切にしたいです。今年も楽しいです。

「もし自分が認知症になったら、このまらで暮らしていいのだろうか？」と考えたことはありますか？以前は認知症になると「どんな症状が悪化し、その先の人生は苦痛」と捉えられていました。最近の研究が進み、周りの理解や支援が広がっています。必要に応じて、サービスや支援者も増えています。必要に応じて、サービスや支援者も増えています。必要に応じて、サービスや支援者も増えています。

認知症地域支援推進員「おれんじカフェ」の活動についてお話しします。

TSUNAGUタイムス Vol.2
発行：認知症支援・介護予防センター
北九州市小倉北区馬場一丁目7番1号
TEL 093-522-8765
http://www.city.kitakyushu.lg.jp/page/ninkai-center/index.html

NPO「老いを支える北九州家族の会」取組みのご紹介

同じ痛みを抱えているからこそ、自分の居場所になった！しほりを紹介するパンフレットは送られているけれど、今すぐ必要な情報にうまくたどり着けない。交流会で「ああ、それはわ・・・と経験に裏打ちされた助言をもらえた！よかった！一人で悩んでいないで、さあ、あなたも足を運んでみませんか。【中村】

北九州市3つの委託事業

- 若年性認知症介護家族のついでそよかせ**
 - ★偶数月の第2土曜日 10-11:50
 - ★若年性認知症介護家族交流会会場・他
 - ★65歳以前に認知症の症状と思われたご本人とご家族が対象
 - ★年会費2,500円(会費調料含む)
- 認知症介護家族交流会**
 - ★年6回(奇数月) 13-15時
 - ★認知症の方を介護している家族が集まり、ともに励まし合い、認知症や介護について学び合う場。
 - 近い開催日程と会場
 - 5月15日(火) ウェルとばた31・32室(戸畑区汐井町1番6号)
 - 7月18日(水) 認知症支援・介護予防センター 研修室
- 若年性認知症介護家族交流会**
 - ★年6回(偶数月) 13-15時
 - ★若年性認知症の方を介護しているご家族やご本人が対象
 - 近い開催日程と会場
 - 6月9日(土) 門司生涯学習センター(門司区栄町3番7号)
- 認知症・介護家族コールセンター**
 - ★相談電話:0120-142-786
 - ★受付時間:火～土曜 10-15時(年末年始、祝祭日はお休みします)
 - ★面接相談も受け付けています。



ご清聴ありがとうございました



北九州市の認知症地域支援推進員（専任）です。よろしくお願ひします。

八幡東・八幡西・戸畑・若松担当



野澤 陽子
のざわ ようこ

この春より活動させていただきます。多くの皆様と色々なお話ができればと思っております。アルトサックスを始めたので昭和ムード歌謡を演奏したいと思っています。

門司・小倉北・小倉南担当



松岡 由佳
まつおか ゆか

平成29年12月より勤務させていただいております。皆様との出会い、ふれあいを楽しみに市内各地に足を運びたいと思います。パンが好物なので今年は美味しいパン屋さん巡りをしたいです。

全域/模擬訓練・サロン支援担当



中村 真理子
なかむら まりこ

市民センターから転身して早3回目の春。地域、事業所の方々との出会いが楽しみです。お気軽に声をかけて下さいね。動物番組を見る度にネコ飼いた〜と思います。モフモフにあこがれる今日この頃。

「もし自分が認知症になったら、このまちで暮らしていいのだろうか？」と考えたことはありませんか？以前は認知症になると「どんな症状が悪化し、その先の人生は真っ暗」と捉えられていました。最近は研究が進み、周りの理解や支援、何よりも「社会」とのつながりがあれば、よりよく暮らせることが分かってきました。急ピッチで、サービスや支援者も増えてきていますが、一方で「どんなしくみや支援があるのか、よくわからない」「必要な時に必要なものにつながる」「関係者がバラバラで、無駄や無理が多い」というようなミスマッチも起きていました。そこで、①地域の人や取組みをバラバラのままではなく、「つなぐ」②認知症の人への理解と対応力を高める③（早めの）相談を大切にして、本人・家族が必要なことにつながる流れをつくるという役割を担うものとして誕生したのが「認知症地域支援推進員」です。

「9万人が生活する大都市で、たった3人では少ないじゃないか？」という声も聞こえますが、専任で配置されている市町村は希少です。医療機関や、各区に配置されている「地域支援コーディネーター」（国の名称では生活支援コーディネーター）とも密に連絡を取りながら、できる限り現場に向いて、できることから活動を積み上げていきたいと考えています。お気軽に声をかけてください。

※参考 平成28年度認知症ケアセミナー 永田久美子氏
認知症也或支愛推進員の舌動と認知症の人こやさしハまちづく

【中村】

「何をやる人なのかよく分からない」と言われます。認知症の方への支援体制として誕生した「私たちの役割」について少し説明させていただきます。



認知症地域支援推進員について

認知症にやさしい小さな図書館



当センター5階の「カフェ・オレンジ」内の一角に「認知症」に関する図書のコーナーを設置しています。

書籍の種類は「認知症の予防」、「認知症を理解する」、「認知症の本人からのメッセージ」、「介護記録」等多種に渡ります。

カフェ・オレンジを利用される方は、高齢者の方からお子様連れのお母さん、学生さん、介護事業所の関係者の方等様々ですが、絵本のように短くて読みやすいものから、より専門的な内容のものもありますので、「あ、これは興味深い」と思っていただけの一冊に出会えるのではないかと思います。また、今後もう少しづつ書籍を増やしていく予定です。ご期待ください。

残念ながら書籍の貸出しはしておりませんが、カフェで過ごす間にゆつくりと目を通していただくことができます。皆さまから読書後の感想を聞かせていただければと思っておりますので、ぜひ一度カフェ・オレンジまで足を運んでみませんか？



書籍は項目別に分類しています



おすすめの本コーナー

運営推進会議と模擬訓練

過日、福岡県グループホーム協議会の研修会に参加させていただく機会がありました。事例発表の中で2例が、認知症搜索の模擬訓練に地域が取り組むきっかけとなったのが、運営推進会議で出した話題だったというお話でした。運営推進会議は、本来事業所の運営の様子を伝える場ですが、そのことに終始せず、参加している地域の役員さんや民生委員さんが、ふと漏らした地域の「高齢化」や「安心・安全」への心配をしつかり受け止める！素晴らしい連携だと思いました。

地域は常に多種多彩なことに取り組んでいる半面、支え手の人数は決して多くはないというジレンマを抱えながらひた走っています。運営推進会議での聞き取りと「一緒にやりませんか？」の一言で新たに模擬訓練に取り組める地域があるかもしれません。会議という枠にとられずに地域とより近い関係性を構築する場として、事業所の皆さんの運営推進会議が機能していくといいなとしみじみ思いました。

【中村】

ゆのみゆ

コラムのタイトル何にしよう？今回は回文でいこうと決め、最後まで候補に残ったのが、「この「ゆのみゆ」と「ひるめし」のたのしめるひ」。なかなか回文は趣がある。湯呑みという器に合わせて如何様にも形を変え、やさしく喉を潤す「ゆのみゆ」でありたい。そんな想いを込めた。これから初夏に向かう梅雨前の短い晴天の時は、一年のうちで最も好きな季節。木々の緑が日の光を一杯浴びて色濃くなる。希望も期待も降り注ぐよう。さあ、出かけよう！

(な)



平成30年度

SOS ネットワーク交流会

- ◇5月26日(土)13:30~16:00
- ◇於:総合保健福祉センター
(アシスト21)2階講堂
- ◇模擬訓練を実施した地域・事業所、これからやってみようとお考えの方々にお集まりいただき、知恵や成果を共有します。



参加申込は
TEL (093)
522-8765
(中村・角田) まで



NPO「老いを支える北九州家族の会」取り組みのご紹介

同じ痛みを抱えているからこそ、自分の居場所になった！しくみを紹介するパンフレットは溢れているけれど、今すぐ必要な情報にうまくたどり着けない。交流会で「ああ、それはね・・・」と経験に裏打ちされた助言をもらえた！よかった！一人で悩んでいないで、さあ、あなたも足を運んでみませんか。【中村】



若年性認知症介護家族のつどい そよかせ

- ★偶数月の第2土曜日 10-11:50
- ★若年性認知症介護家族交流会会場・他
- ★65歳以前に認知症の症状と思われたご本人とご家族が対象

★年会費2,500円(会報購読料含む)

病気の進行とともに悩みも変化します。経済面も含む介護の知恵を学んだり、何より、アドバイスしあえる仲間がいます。

オレンジカフェ・おいお



- ★毎月第2水曜日 11-15時
- ★会場：ドルフィン
(八幡西区折尾1-13-2)折尾駅北口すぐ
- ★参加費：200円(飲み物・お菓子代)
- ★どなたでもどうぞ！
認知症の方の介護相談コーナーも有

各支部の活動もあります！

- ・八幡西支部は不定期につどいを開催
- ・門司支部 第1水 10-12時
於：門司生涯学習センター
- ・小倉支部 新規に活動準備中

北九州市3つの委託事業

①認知症介護家族交流会

- ★年6回(奇数月) 13-15時
- ★認知症の方を介護している家族が集まり、ともに励まし合い、認知症や介護について学び合う場。

○近い開催日程と会場

5月15日(火) ウェルとばた31・32室
(戸畑区汐井町1番6号)

7月18日(水) 認知症支援・介護予防センター 研修室

②若年性認知症介護家族交流会

- ★年6回(偶数月) 13-15時
- ★若年性認知症の方を介護しているご家族やご本人が対象

○近い開催日程と会場

6月9日(土) 門司生涯学習センター
(門司区栄町3番7号)

③認知症・介護家族コールセンター

- ★相談電話：0120-142-786
- ★受付時間：火～土曜 10-15時
(年末年始、祝祭日はお休みします)
- ★面接相談も受け付けています。



小さな図書館コーナー
今月おすすめの一冊



『知ってる？認知症のこと』

ライフサイエンス研究所の本
絵本形式のこちらの本は、子どもさんにもわかりやすく「認知症」について学べる内容となっています。認知症を知る「入門編」として手に取りやすい一冊です。栄養についての項目もあり、認知症予防にも役立ちますよ。【松岡】



こんにちは！
地域支援コーディネーターです①

地域の見守りや支えあいを強化する目的で、各区に「地域支援コーディネーター」が配置されています。お気軽に声を掛けて下さい。今月は小倉北区担当の3人を紹介します。



もうりひとみ 毛利仁美 まつもときたる 松本来 くどうけいこ 工藤恵子
(敬称略)



いいとこ見つけた♪～①
「ヨゼフカフェ」



今回はよもぎ餅～

スタッフと入居者さんお手製の和・洋のお菓子はハイレベル。

これで参加費（お茶代）が100円！専門の相談員による相談コーナーもあります。地域の方が集い、ゆったり過ごすつろぎのカフェ。ぜひ一度お出かけ下さい。【野澤】

- ★八幡西区鷹見台1-4-17
- ★2か月に一度開催(不定期)
- ★問合せ：093-631-6311



カフェ・オレンジ
3年目

2日間のイベントでお祝い！

ギターコンサートと阿高保健福祉局長講演、お茶を楽しみながらの意見交換で和やかに。



(^^)♪

♪～



カフェ・マスターの皆さん、いつもありがとうございます。これからもよろしくお願ひします。♡

ゆのみのゆ



「人は必ず人生のどこかで訳アリになる」というのは家族の介護をし、自らもパーキンソン病と向き合いながら仕事を続ける中日新聞記者の三浦耕喜氏。「見逃してしまいそうなことをしっかりと受け止める力」は訳アリになることでより研ぎ澄まされたものになる。「共感力」が人を励まし、人を動かす。介護家族の交流会にときどき伺うが、温かさの根っこはやはり「共感力」。経験を「涙から力に変える伴走」は同じ痛みを受け止めている方々だからこそできる。(な)