

# 認知症の人による社会参加活動の重要性と可能性 ～その推進役としての認知症地域支援推進員の挑戦～



©認知症介護研究・研修東京センター2005

認知症介護研究・研修東京センター 永田 久美子

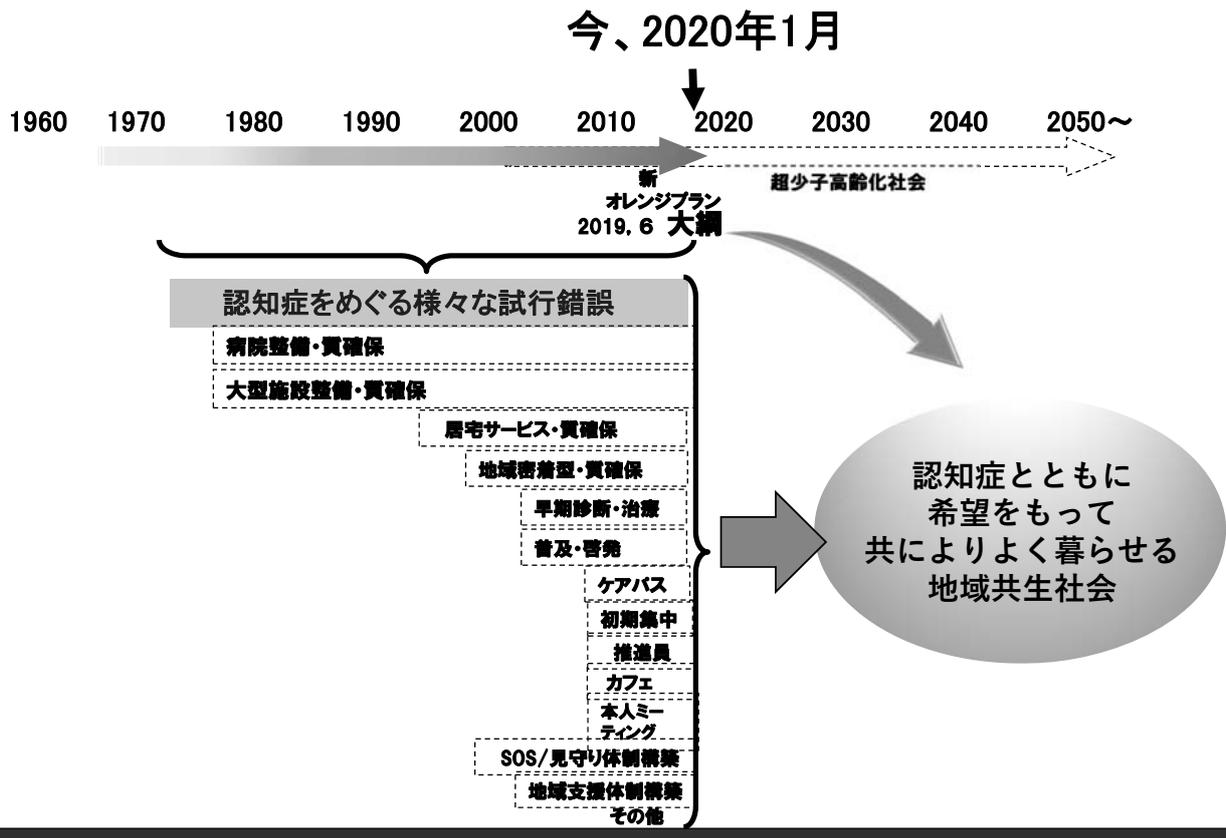


一人ひとり、この地で、自分なりに生きてきている  
いくつになっても、認知症になってからも、地域の中でいっしょに、自分らしく



認知症とともに生きている一人ひとは、今・・・  
次に続く私たちは、これから・・・

**それぞれの自治体/地域でこれまで、そしてこれからは・・・**



\* 医療・介護・福祉分野のみでなく、国全体としてより総合的に

○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す。

一人ひとりが自分の力を活かして、日々をよりよく暮らす

○「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進

「認知症にならない」という意味でない。↳ 要注意！

\*「認知症になるのを遅らせる」 } みんなが「備える」  
\*「なっても進行を緩やかに」 } 認知症から目を背けない  
予防は、ともに元気に生きていくための手段。目指すべきは、地域共生

「共生」には、2つの意味がある。

- ★①認知症になってからも、希望を持って認知症とともに生きる（自分ごと）
- ②認知症があってもなくても同じ社会でともに生きる（社会全体で）

官邸 ホームページ「認知症施策推進大綱」を基に作成

[https://www.kantei.go.jp/jp/singi/ninchisho\\_kaigi/pdf/shisaku\\_taikou.pdf](https://www.kantei.go.jp/jp/singi/ninchisho_kaigi/pdf/shisaku_taikou.pdf)

## 「5つの柱」

1. 普及啓発・本人発信支援
2. 予防
3. 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援
4. 認知症バリアフリーの推進、  
若年性認知症の人への支援、社会参加支援
5. 研究開発・産業促進・国際展開

・行政・専門職はもちろん  
地域のすべての人たちが  
・行政・専門職が、  
日々、実践しながら、  
地域のあたりまえに

認知症の人の  
視点にたって、  
認知症の人や  
その家族の  
意見を踏まえて

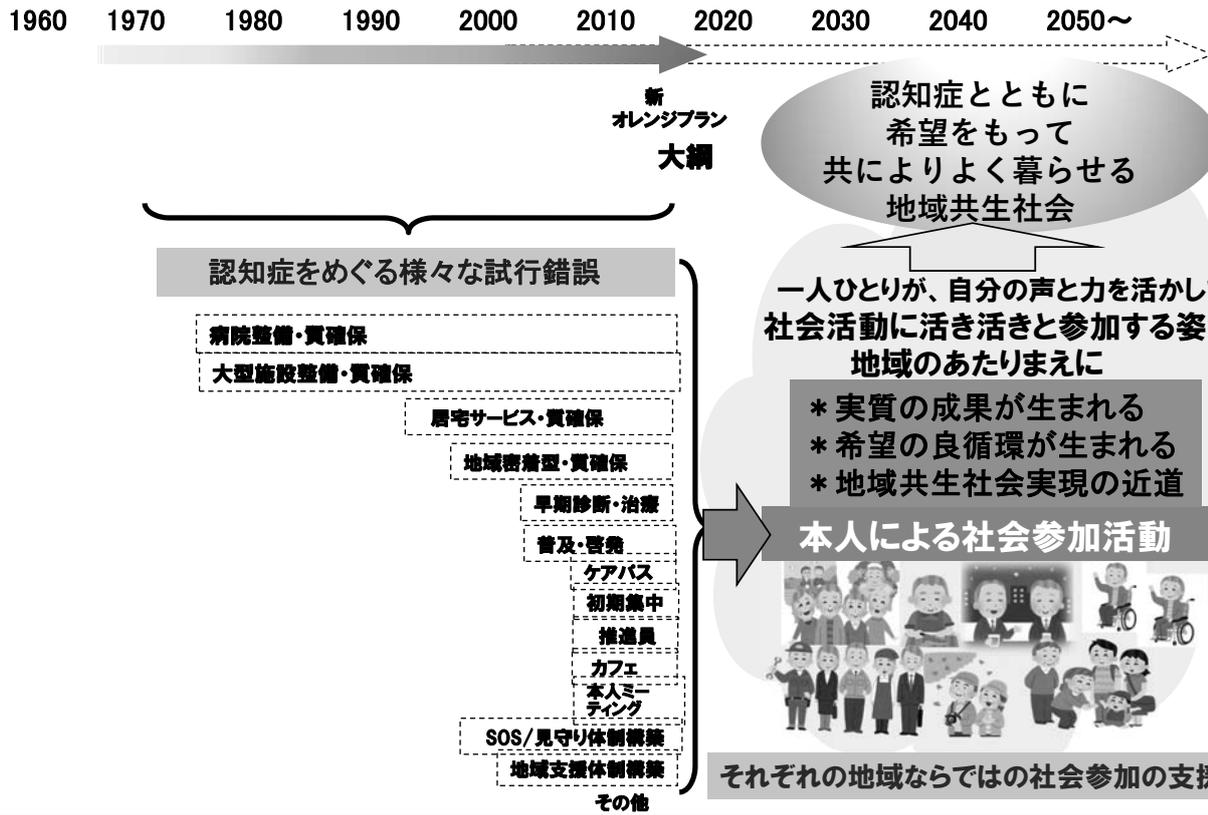


やることが山積み  
何をすべき？  
何ができる？

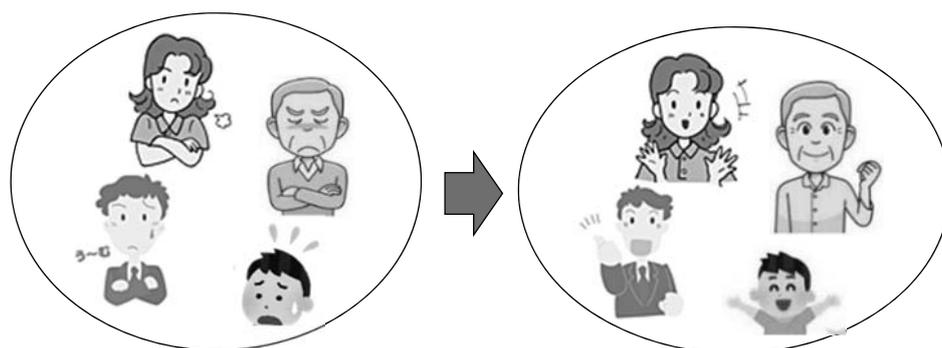


人手も、時間も、お金も  
限られている。  
どこに注力したらいいのか？

# 「本人による社会参加活動」が重要！



**現 状**：社会参加できずに絶望の悪循環に陥り、苦悩している人たちが大勢いる  
**絶望の悪循環を断ち切り、希望の良循環を地域全体で創ることが重要課題**



## 絶望の悪循環

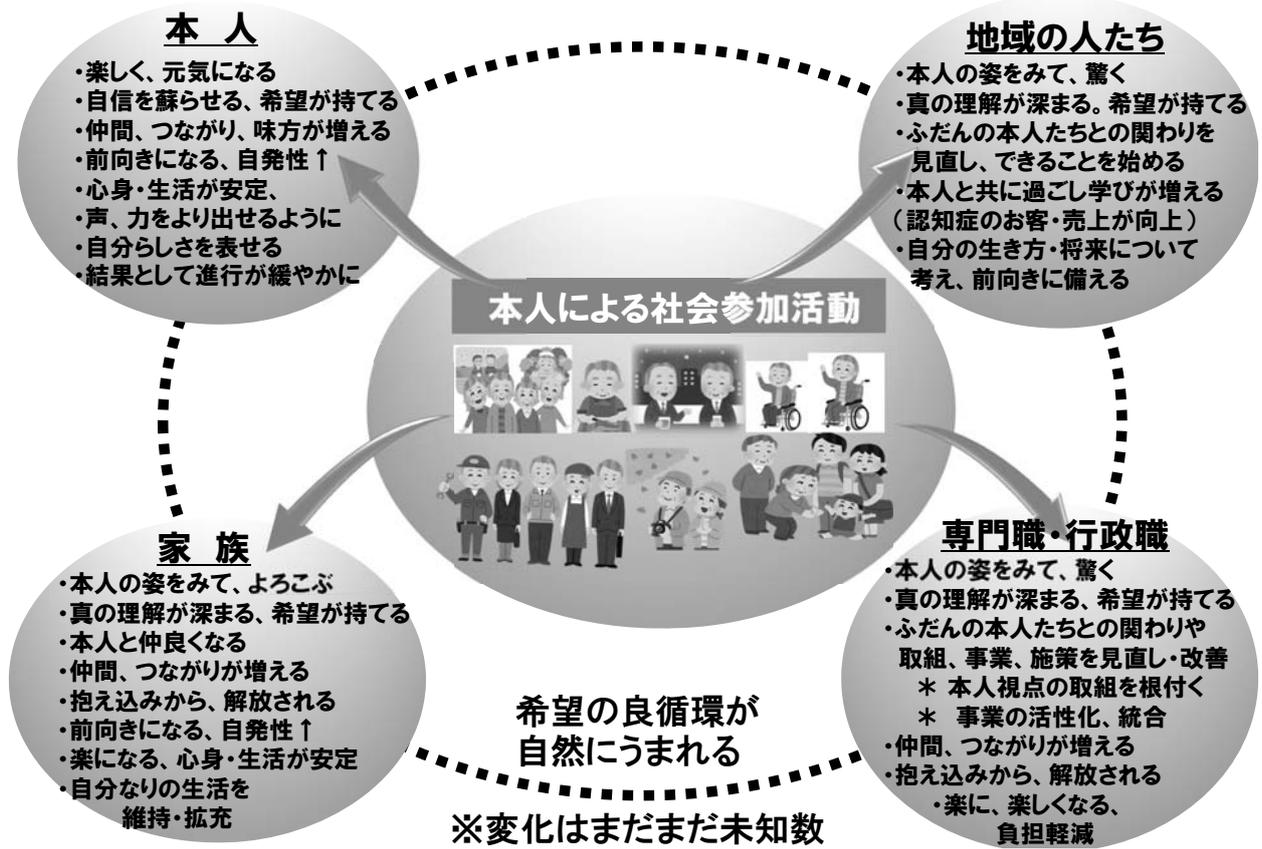
他者視点、問題重視、社会から疎外  
 暗く、楽しくなく、ピリピリ  
 お互い消耗、対立、孤立  
 状態や生活が悪化、互いの力が削がれる  
 互いの負担・苦悩増加、世代間対立  
 若い世代含め社会全体が絶望的  
 ますます地域から疎外

## 希望の良循環

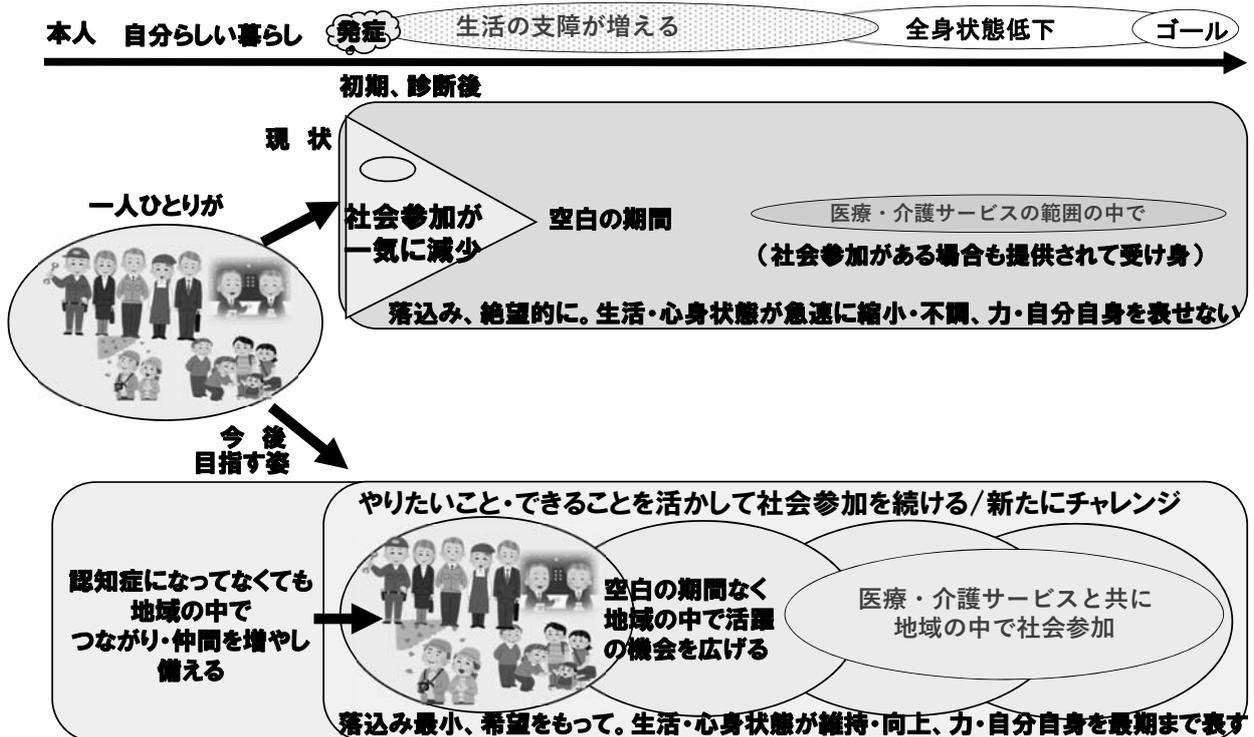
本人視点、可能性重視、社会参加  
 明るく、楽しく、伸びやかに  
 お互い元気に、仲良く、つながる  
 状態安定、互いの力が伸びる  
 互いが楽に、負荷最小化、世代融合  
 若い世代含め社会全体が希望を持てる  
 社会参加があたりまえに、共生

今後は従来の啓発や取組の繰り返しではなく、**インパクトのある取組に注力を本人による社会参加活動！**

# 「本人による社会参加活動」を通じ、ダイナミックな変化が起こる

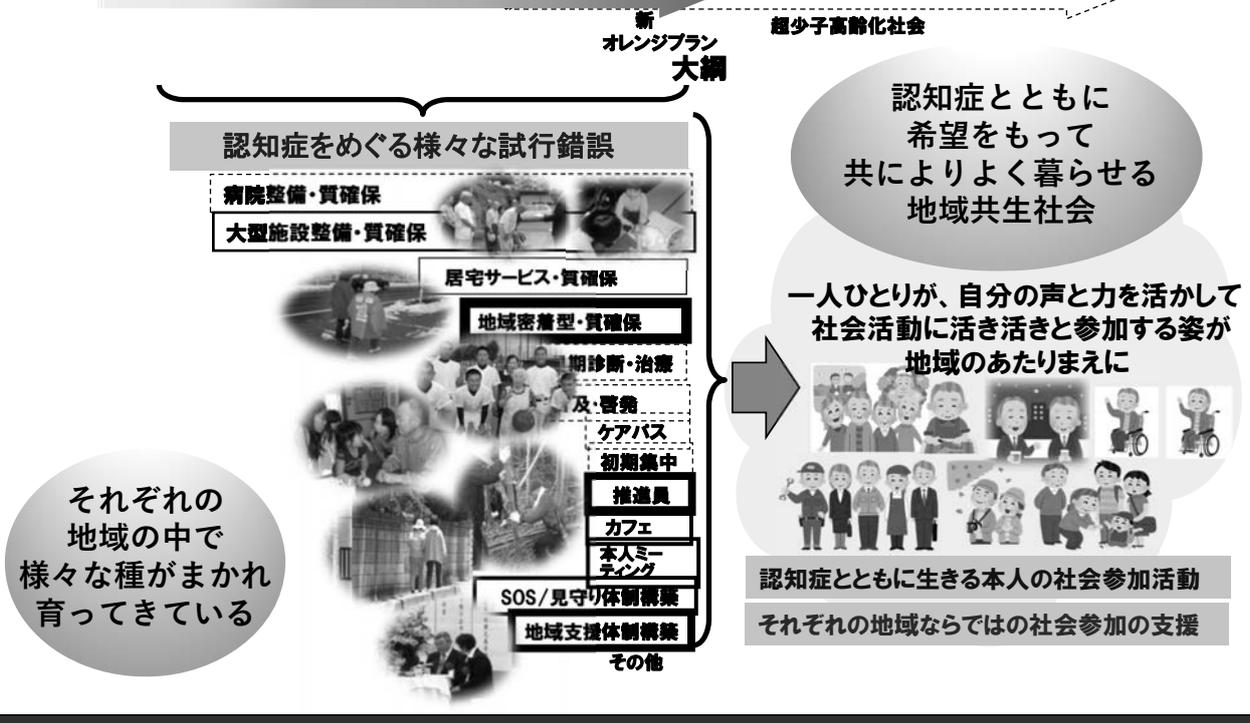


一人ひとは、人生の途上であり、社会参加してきていた人たち  
認知症になっても社会参加を続けられる、認知症が深まってもチャンスがある地域を



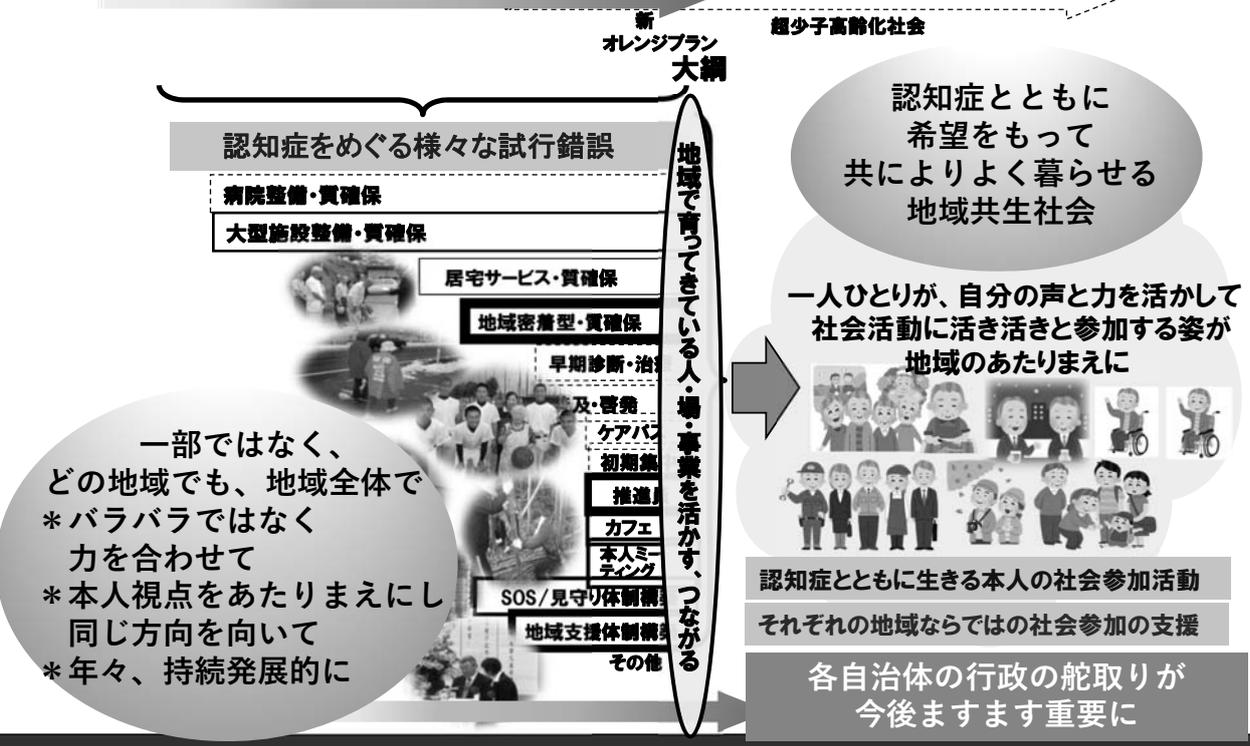
# 「本人による社会参加活動」 特別新しいことではなく、すでに、これまでも、各地域の中で

1960 1970 1980 1990 2000 2010 2020 2030 2040 2050~



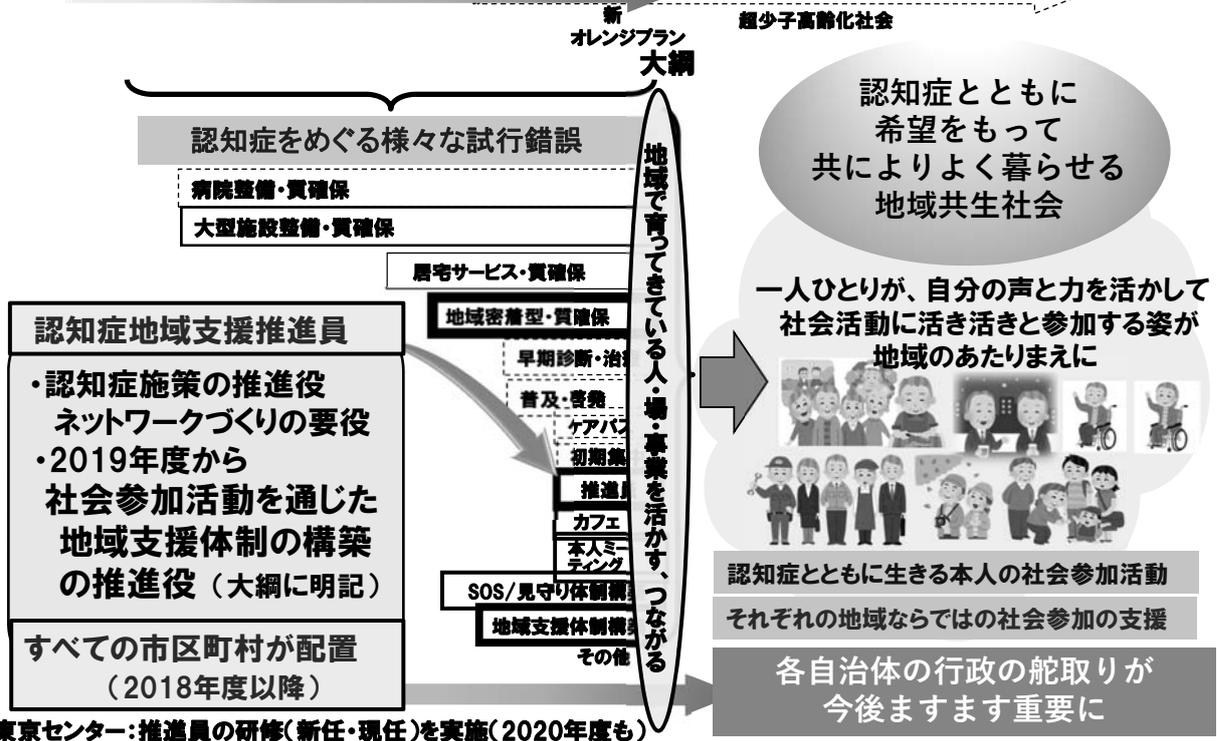
# 「本人による社会参加活動」 特別新たなことではなく、地域で育ってきている事柄を活かし、一緒に未来を創ろう

1960 1970 1980 1990 2000 2010 2020 2030 2040 2050~

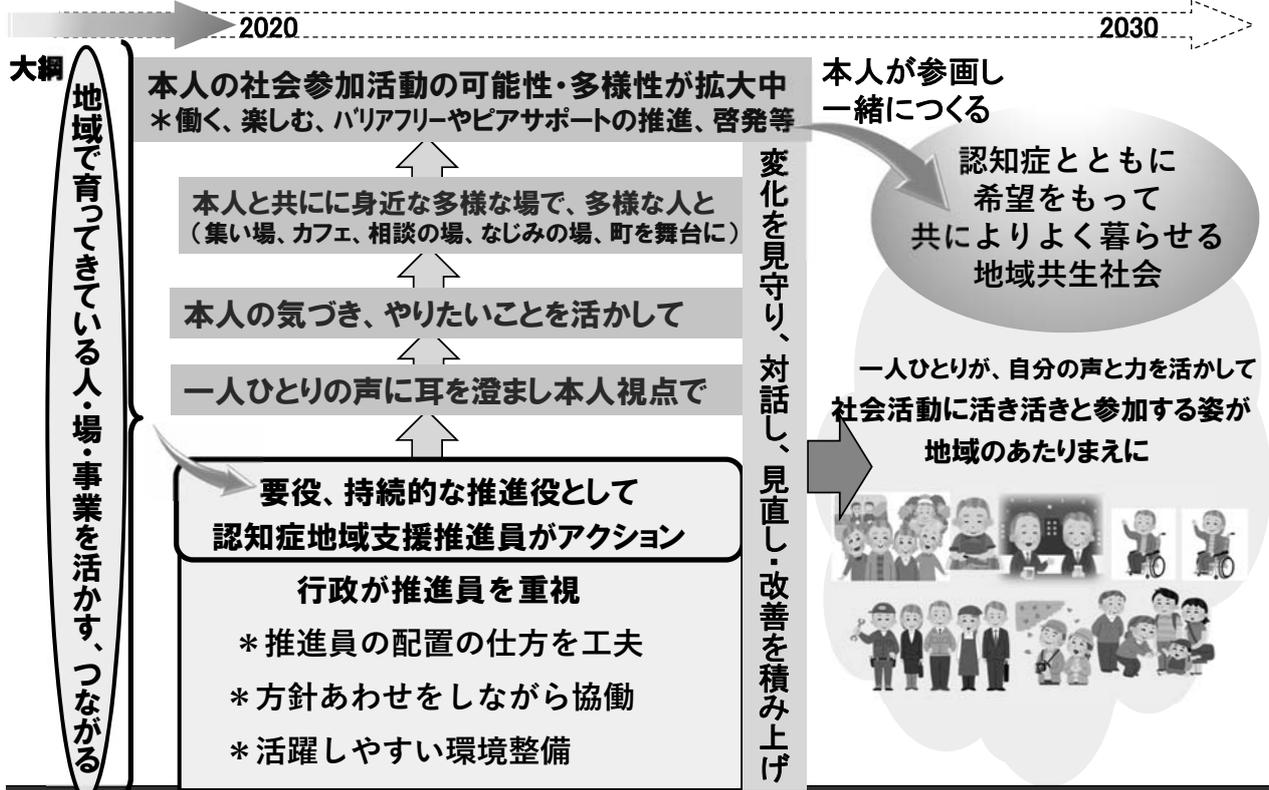


# 「本人による社会参加活動」を通じて、地域共生を加速しよう その推進役として、全市区町村に認知症地域支援推進員がいる！

1960 1970 1980 1990 2000 2010 2020 2030 2040 2050~



# 「本人による社会参加活動」 それぞれの地に根差し、本人の声と力を活かして多様なカタチで展開中



本人自身が、次に続く人、そしてすべての人に  
認知症になってからの希望を呼びかける時代に



「認知症とともに生きる希望宣言」

★本人たちが声を寄せ合い宣言(2018.11)

★認知症の私たちだからこそできることがある

★国(大綱) ⇒ 全ての市町村でこの宣言の普及を



認知症とともに生きる希望宣言：前 文 \*リーフレット中面の中央

私たちは、認知症とともに暮らしています。

日々いろんなことが起き、不安や心配はつきませんが、  
いろいろな可能性があることも見えてきました。

一度きりしかない自分の人生をあきらめないで、  
希望を持って自分らしく暮らし続けたい。

次に続く人たちが、暗いトンネルに迷い込まずにもっと楽に、  
いい人生を送ってほしい。

私たちは、自分たちの体験と意志をもとに  
「認知症とともに生きる希望宣言」をします。

この宣言をスタートに、自分も希望を持って暮らしていこうという人、  
そしてより良い社会を一緒につくっていこうという人の輪が  
広がることを願っています。

## 「認知症とともに生きる希望宣言」



1. 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
2. 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
3. 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
4. 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩いていきます。
5. 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを一緒につくっていきます。

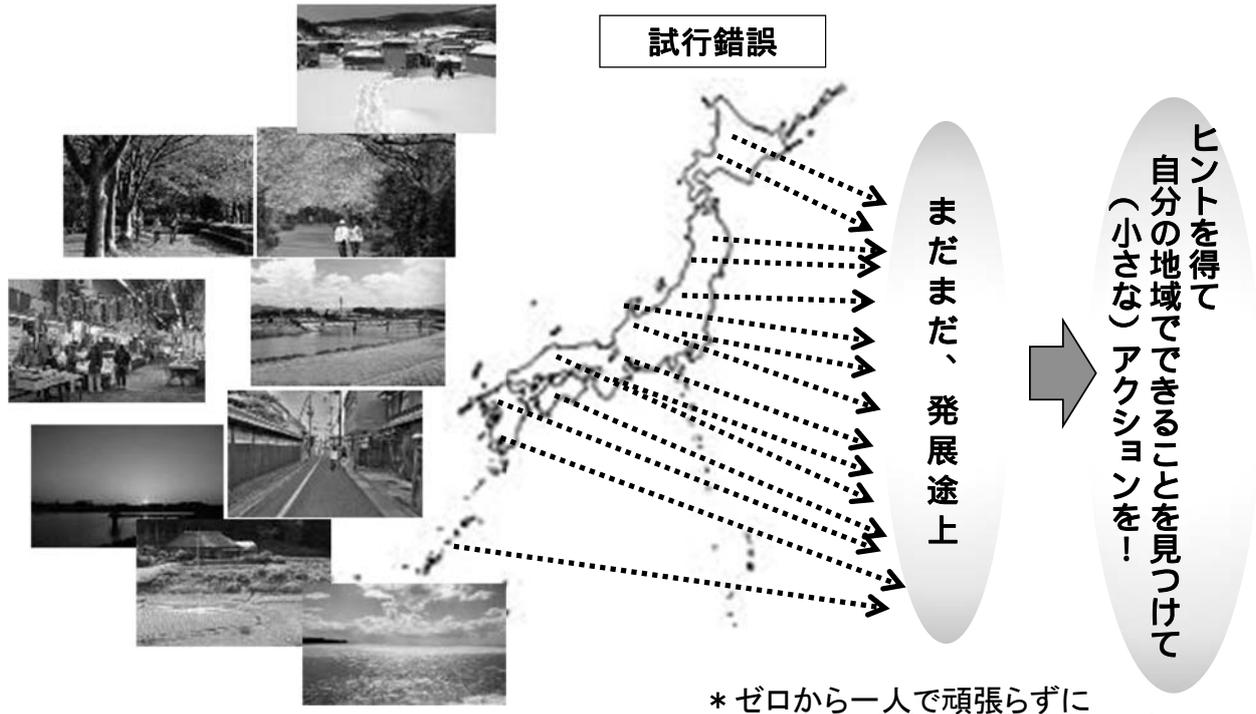
診断を受けた本人が主になって活動する全国組織「日本認知症本人ワーキンググループ」のホームページをご覧ください。(ダウンロード/プリントすることもできます)  
<http://jdwg.org/>

一人ひとり、認知症になっても、自分の人生の途上  
絶望してるなんて、もったいない！  
社会の中で活動を続け、自分の時間(人生)を、もっと心豊かに！



- \* 若い人も、年配の人も、いくつであっても。
- \* 認知症の初期の人はもちろん、認知症が深まった人たちも！
- \* 身近な本人一人から、「社会参加活動」を、あなたの地域で

# 今、全国各地で、社会参加活動のチャレンジが進行中！



＜各地の取組事例＞  
DCネットを、ご覧下さい(巻末参照)

- \* ゼロから一人で頑張らずに 他地域を参考に、その先の一步を
- \* 帰ってからこそ、つながりあって

## 認知症とともに生きる 社会参加活動を通じて 絶望的なイメージから、地域社会の希望を創り出す人に



認知症になっても、人としてあたりまえのこと(権利)が大切にされ、  
活力あるわがちを共に創り出していく一人ひとりに

# 「若年性認知症の方の居場所をつくり、 社会の中でやりたいことを一緒に実現」

～ 推進員が交代しても協働しながら社会参加活動を継続的に推進 ～

【広島市】 広島市西部認知症疾患医療センター  
岡田 眞理  
(元認知症地域支援推進員)  
広島市江波地域包括支援センター  
認知症地域支援推進員 (中区担当)  
梅田沙貴恵

## 広島市について

○総人口	1,194,524人
○65歳以上人口	298,341人
○高齢化率	25.0%
○日常生活圏域数	39圏域
○地域包括支援センター数	41か所
○認知症地域支援推進員数	8人



\* 市からの委託で地域包括支援センターに配置

(2019年3月31日現在)

# 居場所づくり発足の経緯

若年性認知症の方と家族から相談を受ける中で、当事者が診断を受けて仕事に行けなくなってから公的サービス（障害福祉・介護保険など）を受けるようになるまでの間に行き場がないことを痛感した。

## <当事者の声>

病気が受け入れられない… 自宅で一人でボーとしている  
人に知られたたくない… 家族にも話しづらい… どのように過ごしていいかわからない…  
まだできる事はたくさんあるのに 仕事は辞めさせられた！  
身体は元気なのに、気持ちが落ち込む

**同じ病気の仲間が集える場所を作りたい ！**

# 居場所づくり発足の経緯

\* 推進員が所属している法人施設

社会福祉法人広医会 悠悠タウン江波 施設長に相談

➔ **地域貢献としてやろう！**

- ・ 職員配置 : 認知症地域支援推進員を中心に施設職員が協力
- ・ 費用 : 無料 昼食を提供（ボランティアの位置づけ）
- ・ 場所 : 地域に開かれた場所

# 居場所のねらい

- ① 当事者同士のつながりを作る
- ② 認知症に関する相談ができる場
- ③ したい事・できる事を通して活躍する

## きつね倶楽部

地元の民話から



落ち込んでおらずに、楽しい自分に変身しよう！



# きつね倶楽部の活動内容

- ・ 場 所 市営住宅集会所
- ・ 日 時 毎週月曜日 10～14時(9～15時)
- ・ 内 容 物作り・農作業・スポーツ・音楽活動など  
+ きつねカフェ（家族の交流会）

\* 企画や準備は、推進員と当事者・職員・地域の人と相談を重ねながら  
\* 発案から、2か月くらいかけて。



イラストはボランティアで参加している認知サポーターが作成！

# きつね倶楽部 活動実績

< 2017年6月～2020年1月 >

- |           |   |
|-----------|---|
| ・参加者実人数   | 男性13人 女性2人（スタートは2人から）                       |
| ・年齢       | 40～67歳                                      |
| ・病名       | アルツハイマー型認知症 前頭葉側頭葉型認知症                      |
| ・介護度      | 未申請～要介護5                                    |
| ・つながったルート | 認知症地域支援推進員・認知症疾患医療センター<br>専門医クリニック・認知症カフェなど |



## ケース紹介 Aさん

- 40歳代 男性 アルバイト勤務（診断後辞職）
- 2年前に友人が本人と一緒に遊びに行き、自転車の置場所がわからないことに気付く。本人の母親に相談。総合病院受診し、うつ病の診断を受けるが、父親が納得がいかず精神科受診し若年性アルツハイマー型認知症の診断を受ける。
- 精神科のデイケアを紹介され通うが、ルールが厳しくて本人が行かなくなる。父親が「本人のしたい事・できる事を一緒に考えて欲しい」と市内の認知症カフェを訪ね廻る。
- 趣味 バンド活動（ドラム演奏）、サッカー、コーヒーを淹れる

# きつね倶楽部でのAさん



ペンキ塗り



畑仕事



コースター作り



フットサル



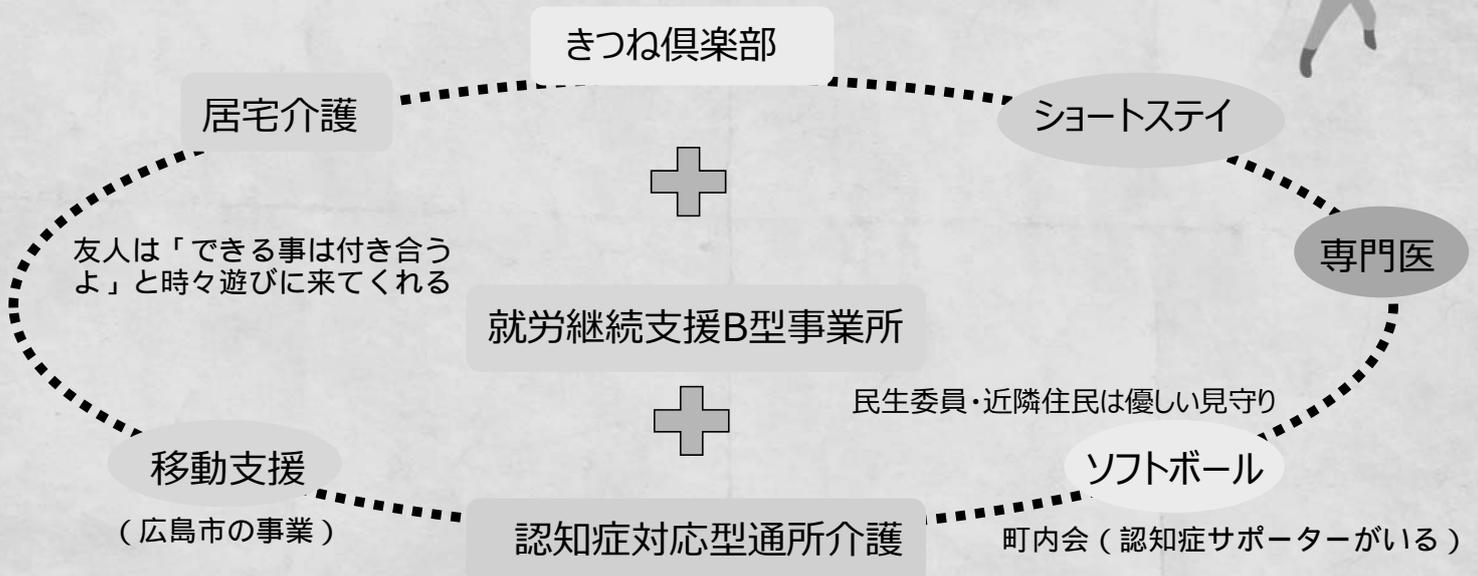
コーヒー豆を挽く



ボンゴをたたく



# 現在の支援体制



# 販売した作品

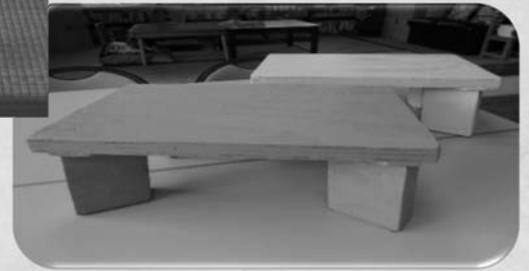


カフェの看板



組み立てベンチ

コースター



踏み台

## やりたいことを一緒に

- 油絵が描きたい。家では汚れるから、やらせてもらえない・・・  
後始末も大変だし！
- 高級ホテルの板前だったよ。認知症になったら、包丁は危ないからって首になった・・・  
マイ包丁があるよ！（包丁）研いたげようか？持ってきんさい！
- 空いた花壇でバラを育てましょう！



# やりたいことを一緒に



## 包丁とぎ

さすがプロ！ よく切れるようになりました。

## 油絵

至福の時間・集中してます！



## バラの手入れ

薬が難しいですが、さすがです！

# 座 談 会

「頭を治して」と言ったけど何も答えなかった・・・

主治医が優しいから、大人しくしとけばいいんです。

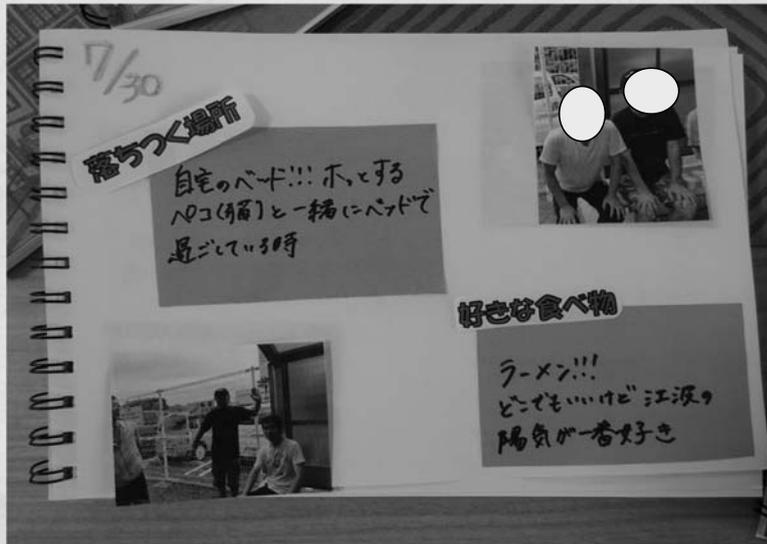
先生、優しいよ・・・

辞めてよし！  
わからん・・・  
(笑顔)

この日のテーマ  
「医者に言いたい事・聞いた事！」



# 本人の言葉を残す



家族のために  
本人のこれからの生活のために



# きつねカフェ



参加者家族ミーティング  
3か月に1度土曜日  
10:00 ~ 12:00

# 家族の声

- (本人も傷ついているが) 家族(私)も傷ついている。  
周囲には、それを理解してもらえない。  
腫れ物に触るみたいに接されて悲しい、傷つく、寂しい。
- 診断された時は、「若いのになんで！」って思った。  
寝込んで食べられなくなった。  
そのあとに、怒りがでた!
- 診断された時は、しばらく現実でないと思った。(受け止めたくない)  
悲しむより、次は何をしないといけないのかを考えるのが、先だった。  
当分、子供にも親戚にも職場にも言わなかった。



## 当事者及び家族にとっての意義

- 精神的に安定した。(明るくなった・よくしゃべるようになった・行くのが楽しみ)  
→ したい事ができる！自分だけじゃない！
- 様々な支援に繋がるきっかけとなった。  
→ 障害福祉、介護保険サービス・年金・専門医  
認知症カフェなど
- 一緒に考えてくれる仲間が増えた。  
→ 家族同士・施設職員・ボランティア・地域住民など



## 専門職や住民にとっての意義

- 支援をする側、支援される側としての出会いでなく、さまざまな活動を通して仲間意識が生まれる。→ サービス導入がスムーズ
- ケースを通して応援団を作ること、アイデアが生まれ仲間が増える。  
→ ケースの困りごとを自分毎として考える機会となり、少しずつのボランティアがつながり広がる。
- 地域住民にとって若年性認知症の理解・啓発が自然にできる場となる。
- 地域包括支援センターを介して、簡単な仕事を頼める場となる。  
→ 草抜き・タンスの移動・水やりなど

## 課題



- 受け皿が必要  
→ 当初は、公的サービスに繋がるまでのつなぎの役目と考えていたが  
当事者・家族の気持ちを思うと、卒業は難しい。  
= 新しい参加者が受け入れられない。
- 専門職の協力体制の充実  
→ 参加者の増加に伴い、専門職の支援が必要  
作業療法士・臨床心理士・認知症ケア専門士など  
地域住民のボランティア支援も大切

# 課題解決に向けて

- 社会資源の開発

- 認知症疾患医療センターの協力でデイケアで居場所づくり
- 他にも関心の高い専門職が集まり、自施設で始める
- 地域住民の理解

## 若年性認知症事例検討会

- ひとりひとりの応援団を作りたい
- 若年性認知症の理解を深めアイデアを出す
- 制度を超えて専門職同士がつながる

# メ ッ セ ー ジ

本人と一緒に・・・  
安心して過ごせる基地作り！

継続的に・・・  
仲間を増やす！

ご清聴ありがとうございました！

本人とともにつくる わがまちの

# 社会参加活動

—— スマイルディメンシアやはば ——

矢巾町地域包括支援センター 鱒沢 陽香

## 岩手県紫波郡 矢巾町

2019.4.1現在

総人口	65歳以上人口	高齢化率
27,273人	6,932人	25.4%

♪ 町の花・鳥・木



ゆり



かっこう



まつ



矢巾町は県庁所在地である盛岡市の南に隣接したコンパクトな町です。

基幹産業は農業で、豊かな田園風景が広がる一方、岩手医科大学付属病院の移転やスマートインターチェンジの開通に伴い、中心部では都市化が急激にすすんでいます。

過疎化の深刻な岩手県において、将来人口の増加が想定される数少ない自治体の一つです。

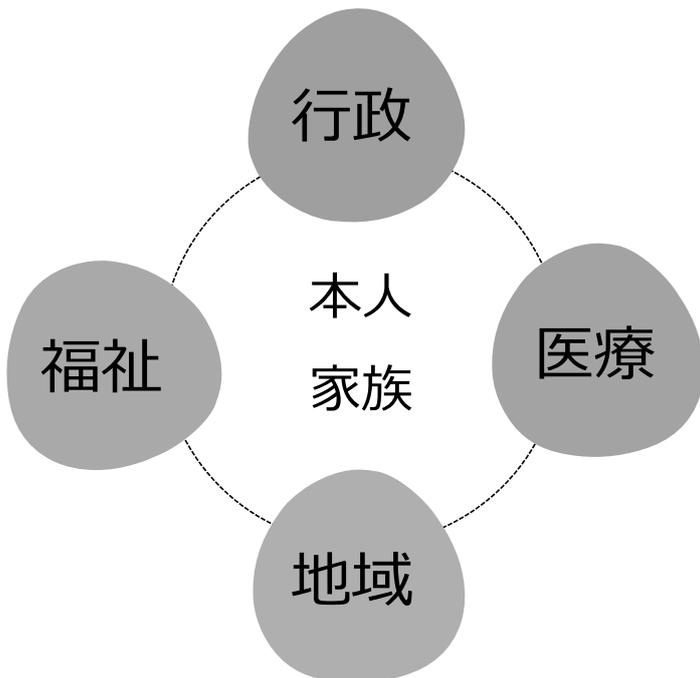


30年前



近年

## やさしさ はばたく 認知症ネットワーク



- 医療連携・認知症ケア部会
- わが町つながる部会
- 安心安全おたすけ部会

- ・認知症の正しい理解を広めたい
- ・認知症に対する誤解や偏見をなくしたい
- ・世界アルツハイマーデー・月間を知ってほしい

## 認知症になっても希望を持って生活できるまちづくり

### イベント開催のきっかけ

5



世界アルツハイマー月間にあわせたイベント

## スマイルディメンシアやばば ～認知症になってもスマイルで暮らそう～

- 1 認知症理解の普及啓発
- 2 本人が活躍する機会
- 3 家族、介護者の思いを伝える場

本人発表会・活動パネル展示  
相談コーナー・福祉用具展示  
認知症カフェ

主催: 矢巾町キャラバン・メイト連絡会

6

- ・閉じられた空間では 人が来ない
- ・開かれた空間では 雰囲気がつくりにくい

認知症に関心を持っていない  
人にも見てほしい

## 会場選びの苦悩

7



8

施設スタッフやケアマネによびかけると  
候補者がたくさんいました！が…  
家族からのお断りが続出

笑いものになるのでは…  
恥ずかしい思いをさせたくない

## 参加者募集の苦勞

9



わたしたちの願うこと

10

- ・家族やスタッフがおどろくほど  
いきいきと、そして堂々とお話された
- ・ご本人が自らの言葉で語る姿は  
見る人に大きなインパクトと感動

**わたしたちの願うこと**

11

**「迷惑をかけたくはないが、  
自分らしく楽しく暮らしたい」**

**わたしたちの願うこと**

12

## 家族の思い



13

- ・苦難を乗り越えてきたご家族の経験は貴重なアドバイスであり希望になった
- ・支援者も初めて聞くご家族の心情に感涙

「苦しかったが、支援を受け入れるまでにさまざまな葛藤があり心の準備期間が必要だった」

## 家族の思い

14



**そして・・・介護の力！**

ジュウミンジャー  
矢巾町でこれまで大活躍  
(介護職員たちのチームです)

15

- ・事業所や施設に対するネガティブなイメージを払拭する機会
- ・事業所においても、利用者の社会参加活動について考えるきっかけに

**「支援をする・されるだけの関係ではなく、社会参加を後押しする役割を」**

**介護の力**

16

# 認知症とともに生きる 希望宣言



日本認知症本人ワーキンググループが、2018年11月1日、厚生労働省内で記者会見を行い「認知症とともに生きる希望宣言」を表明しました。



希望宣言全文を、リレー形式で朗読

動画

輝く姿を  
地域に伝えることが

自らの  
言葉で語り

特別なことを  
しなくても…

社会参加活動！

19

Thanks!

ありがとうございました

# 本人と共に進める地域社会のバリアフリー ～本人の小さな声を活かした社会参加活動～



御坊市市民福祉部介護福祉課 谷口泰之

## 御坊市について

- 紀伊半島海岸部のほぼ中央部
- 総面積：43,91km<sup>2</sup>
- 日高川を境に河北、中央、河南エリアに生活圏域  
 河北：地元の方と移住の方が混在。  
 中央：官公庁や商業施設が集中。  
 河南：農業や漁業が盛ん。2世帯同居が多く残る
- 昼夜間人口比率：115%



平成31年3月31日現在

総人口	65歳以上人口	高齢化率	日常生活圏域	認知症地域支援推進員
23,397人	7,279人	31.1%	6圏域	7人
独居高齢者数	要介護認定者数 (第1号被保険者)	認知症日常生活自立度以上	第7期介護保険料基準額	地域包括支援センター数
2,298人	1,836人	1,146人	6,520円	1(直営)

配置先は  
 ・直営包括  
 ・在宅介護支援センター  
 ・認知症デイ  
 ・小規模多機能

## 御坊市が求める推進員の役割

本人の声に耳を傾け、本人の視点に立ち、  
本人とともにこれからの暮らしを考える。  
その先に、認知症になっても自分らしく暮  
らせるまちをつくるのために、多くの仲間  
(本人含め) と地域づくりに取り組む。

## 本人視点の重視

# 認知症の人の視点で 条例制定

# なぜ、条例が必要なのか？

施策の内容は変化していくけど、認知症の人の視点重視は変わってはならない。  
そのための「エンブレム」のようなもの。

## ワーキングチーム結成

御坊市のような地方には、研究機関や学術機関などない。有識者会議なんてできないんじゃないか？  
でも、同じ思いの仲間がたくさんいる。認知症サポート医、医療機関、事業所、家族、そして本人。

平成30年6月

認知症にやさしいまちづくり条例(仮)

作成ワーキングチーム結成

## 条例の理念

市、市民、事業者及び関係機関は、次に掲げる基本理念に基づき、認知症の人が暮らしやすいまちづくりを推進するものとする。

### ① 自分らしく

認知症になってからも希望と尊厳を保持し、自分らしい暮らしができること。

### ② いつまでも挑戦

認知症の人がその意思によりできることを安心かつ安全に行え、いつまでも新たなことに挑戦できること。

### ③ それぞれが活躍

認知症の有無にかかわらず、全ての市民が暮らしやすいまちとなるためにそれぞれが活躍できること。

## 市の責務

市は基本理念にのっとり、市民、事業者及び関係機関と連携して、認知症の人が希望を持って暮らし続けることができるよう、認知症の人の声に耳を傾け、認知症の人とともにより良いまちづくりを不断に目指す。

認知症施策推進大綱にも明記されていますが・・・

## 本人が発信すること

### 認知症の人の役割

条例に「認知症の人の役割」を明記

○認知症の人は、暮らしやすいまちを築くために、自らの希望、思い及び気づいたことを身近な人、市、関係機関等に発信するものとする。

○認知症の人は、地域の一員として、自らの意思により社会参加及び社会参画するものとする。

「私たちが、言っているんだね。なんか、色々やりたいことが出てくるよ！」

認知症施策推進のための協議体に認知症の人の参加を位置づけ。

## 事業者の役割

- 事業者は、認知症の人が安心して自らの意思や力に応じて働くことができるよう、その人の特性に応じた配慮を行うよう努めるものとする。
- 事業者は、認知症とともに暮らしていくことに関する知識や対応力を深めるため、従業員に対し必要な教育を実施するよう努めるものとする。
- 事業者は、認知症の人が暮らしにかかわる必要なサービスや支援を安心して利用できるよう環境の整備に努めるものとする。

## 認知症にやさしいまちづくり条例



やさしいって言われると、自分たちは支援される、守ってもらおう立場だと感じる。

## 認知症の人とともに築く総活躍のまち条例

# 認知症の人が発信し 事業者がサービスを 改善、バリアフリーに

## 買い物時の本人の気持ち

毎日買い物に行っているが、  
いつもお札で支払い。

自宅には小銭がいっぱい。

レジで小銭を使えるように  
店員が配慮するほうがいい？

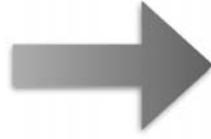
「スローレジ」の設置??

本人は・・・

「後ろの人に迷惑かけるから」

「(レジ等) そんなことされたら恥ずかしいよ」





宅配弁当を利用時に、お弁当代を小銭で支払い  
本人：小銭を消費　　宅配業者：お釣りの用意不要

！ 課題として捉えるのではなく、**考え方次第で**  
！ 自宅に小銭がたくさんあることが強みになる！

## セルフレジに慣れておく「備え」も！

実際の本人の工夫



## 総合病院ってバリアだらけ？

### 本人のつぶやき

「病院に行ったら、いつも診察室がわからない」

「先生の話が覚えられない。誰かついて来てほしい」

「会計の仕方がわからない。窓口いくつもある」

「お薬は病院でもらえないの??処方箋って?」

## 本人の視点から

### 病院地域医療連携室担当者との会話で

建物の構造上、仕方ない部分ではありますが・・・  
案内表示の工夫や、館内を案内するボランティア  
の配置等、院内で検討してもらえないか働きかけて  
みます。

大きな組織でなかなか難しいようだが、  
考えてくれている！

# ごぼうホッとサロン

スーパー銭湯の事業者とともに本人が交流できる場を



## 本人がバリアに気づき、そして活躍！

- 本人が銭湯で  
「シャンプーとか石鹸(ボディソープ)とか、どれがどれなのかわからへん。もっとわかりやすく”頭”、”体”、みたいに書いてくれたら、間違わへんと思うよ」



その声を聞いた推進員が銭湯に伝える

- 銭湯側  
「実は、スタッフ間でも、お客様が容器を間違っているのを見て何か解決策がないのかと話していたのです。貴重なご意見ありがとうございます！」

子どもから大人までわかりやすく！



間違える人が激減！

認知症の人の視点から、ユニバーサルデザインに！

郵便局に行こうと思って道に迷っている人が・・・

「いつもと違う道から来てしまっ、わからへん」

本人にたまたま出会った  
隣町の推進員さんから  
連絡をいただいた



いつもの道から見ると郵便局がある！



迷った日は、こちらから見ていた・・・



なぜいつも行く郵便局がわからなかったのか？



「こうなればいいな！」  
本人の声から、住みやすい地域を考える

## 市内の郵便局長と意見交換

市内の郵便局と「高齢者等の見守り協力に関する協定」を締結していることもあり、懇談会の際に今回の事例を本人視点からの動画で見ていただきながら紹介。



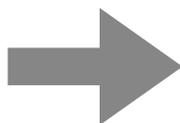
### 郵便局側

確かにこれはわかりにくい。認知症の方だけじゃなくて、ドライバーにもテマークあるとわかりやすいね。持ち帰って検討します！

実現しちゃいました！！



この手書き案が・・・



後日、局長たちに聞いた話ですが・・・

**あの本人視点の動画が  
我々にとって衝撃的だった！**

正直、市からの説明だけだと  
ここまで動いてなかったと思う・・・

# メディアも「事業者の役割」として



銭湯も、郵便局も、新聞記者も・・・

認知症サポーター養成講座は  
受けていないが・・・

普段の暮らしの中で  
本人の視点から考えることで  
バリアが見えてくる

バリアフリー社会は、急に大きく変わるものではなく、気付いたらバリアがなくなっている。



銭湯のボトルも郵便局も「あれ？いつの間に変わってたの？」

認知症の人の社会参加は  
特別なことじゃない

普段の暮らしの中で発信  
することも社会参加である

「認知症バリアフリー」って、その「バリア」となってるのは「人」なんだと思う。  
「認知症の人”でも”できる」じゃなくて、  
「認知症の人”だからこそ”できること」を  
一緒に考えてくれる社会になってほしい。

仙台市 丹野智文さん

尊敬する行政マンから聞いた言葉

1人の人を救えなければ  
誰も救えない

「個」から「地域」へ



## 認知症の人とともに築く総活躍のまち"ごぼう"



### 認知症とより良く生きる 私たちからあなたへ

認知症の人とともに築く総活躍のまちガイド



御坊市

～ごぼう総活躍のまちづくりプロジェクト～

認知症になっても、自分らしくより良く生きていくためのガイドを作成しました。ガイドは、下記のQRコード、もしくは検索サイトで直接入力してダウンロードしてください。



認知症の人とともに築く総活躍のまちガイド

検索

# ピアサポートを通じた 本人の社会参加活動

～認知症地域支援推進員の設置事業を活かした本人の活躍～

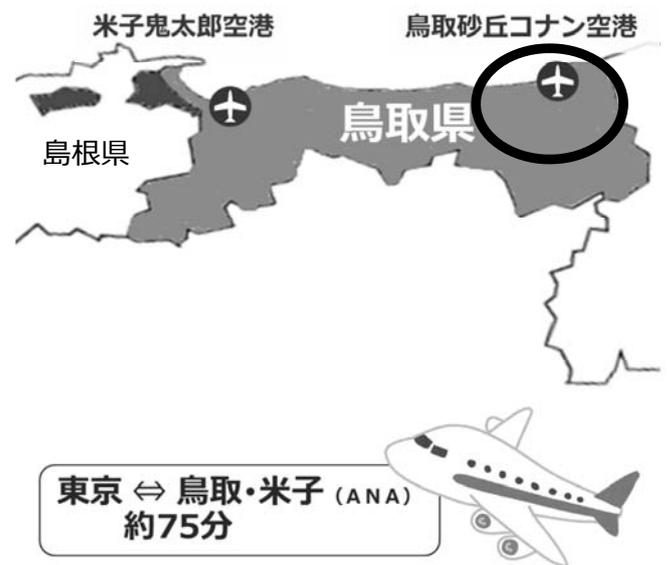
社会福祉法人 地域でくらす会  
鳥取市認知症地域支援推進員 金谷佳寿子



## 鳥取市の現状

面積 76,531km<sup>2</sup>  
人口 187,112人  
内65歳以上人口 54,003人  
高齢化率 28.9%  
要介護認定者数 10,442人  
若年認知症（40～64歳）92人  
日常生活圏域数 18圏域  
地域包括支援センター数 5か所  
認知症地域支援推進員数 1名

（令和元年9月末現在）



# おれんじドアとっとり

対象者：認知症と診断を受けた本人や、「認知症かな」と気になっている人など

内容：認知症当事者によるピアカウンセリング 事前予約制

目的：●早い段階で仲間に出会い、本人にとって良い情報を知ることができる

●認知症と共に、新たな暮らしをスタート出来る入り口となる

●認知症地域支援推進員設置事業を活かして実施

認知症疾患医療センターと協働で行い、

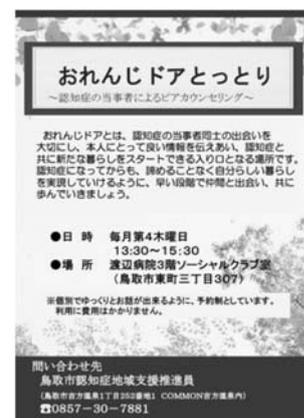
本人にとって、必要なつながりをサポートする

スタッフ：本人相談員、認知症地域支援推進員

認知症疾患医療センター、鳥取市長寿社会課

場所：認知症疾患医療センターがベース基地

⇒必要に応じて出前で



## 開催のきっかけ

- 本人ミーティングでの本人のこぼれ

「認知症本人と早くに出会い、話がしたかった。」

「これから認知症になる人に、早い段階で良い情報を伝えたい。」

「本人にしか分からないこともある。」

「本人が希望を持てるような仕組みを作りたい」

気づき

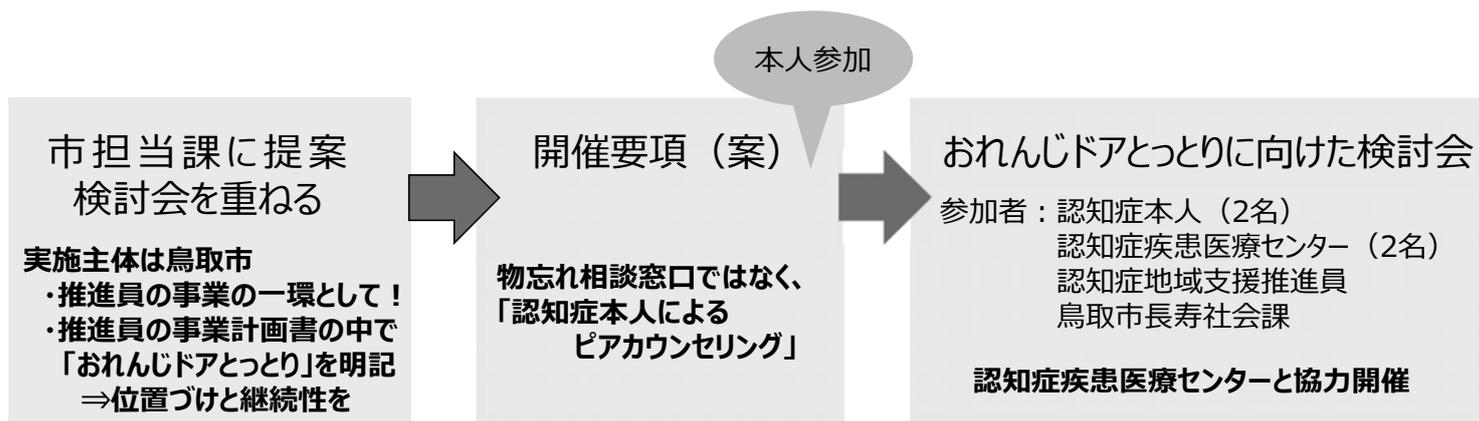
本人同士の出会いは、希望につながる意味のあるもの。  
本人と一緒に新しいものを何か作ることが出来ないか？

# 開催に至るまで

藤田さん：出来るだけ早い段階で本人同士が  
出会える事が大事。

私（推進員）：本人と一緒に何かできないかな。

一緒にやってみたい！！



## 「本人相談員」

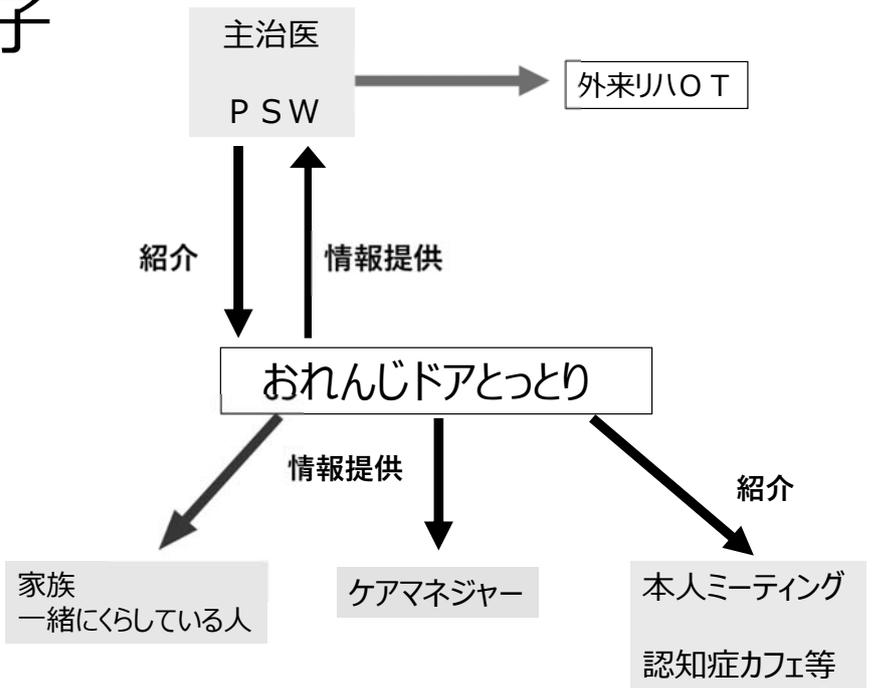
- 本人だからこそ出来る仕事「ピアカウンセリング」  
報償費：1回当たり 5,000円（推進員設置事業の中で）  
（1回の相談は1～2事例程度）  
\* 一人ひとりと、ゆったり、楽しく、ていねいに

- 任期 1年間（更新あり）  
認知症地域支援推進員が依頼

名刺も一緒に作成！！



# おれんじドアの様子



## 工夫 運営についての検討も本人と

「もっと沢山の人に、おれんじドアを知ってもらいたい」



- ・認知症専門医療機関に出向く
- ・医師会、精神保健福祉士会、介護支援専門員連絡会等での事業説明を行う
- ・市報への掲載  
(専門職だけでなく、市民に知ってもらう)



一人でも多くの本人・市民が、希望をもってともに暮らしていけるように  
本人と推進員が、言いたいことを言い合いながら、仲間たちと一緒に歩んできています



## 起きている変化や気づき

本人：藤田さん

- ・ 出会って語り合っていく中で、・・・  
本人たちが、やわらいで元気になっていく。  
前向きに立ち直り生き活きと変わっていく！ **自分も元気が湧いてくる！**
- ・ 自分の住んでる町、鳥取市での活動の幅が広がってきた。
- ・ 鳥取市内で、同じような考え方の仲間も増えた！
- ・ 一方で、根強く残っている偏見、マイナスのイメージを抱えて、認知症に向き合えない人が多いことも分かった。



- ・ さらなる工夫を皆と一緒に考えていく必要性を感じた。



## 推進員の気づき

- 社会参加=認められ、必要とされること
- 「認知症があっても出来る仕事」と、「認知症だからこそ出来る仕事」  
選択できる
- ピアサポートは、本人だけからこそできる、大事な社会参加活動でもある。
- 「おれんじドアとっとり」が社会参加のゴールではなく、  
「おれんじドアとっとり」というきっかけがあったことで、これからの暮らしに  
広がりが出来る可能性が見えた。

## 周囲の変化 アクション

共感する本人、何度も一緒に行動する中で前向きになったMさん  
前向きに希望を持って暮らす藤田さんを見て、一緒に行動する中で  
動き出そうとしている本人Mさんの存在

Mさんのやりたいことも後押してみよう！  
認知症カフェで、出前型のピアカウンセリング



藤田さんもやる気アップ！！

希望のリレー



## 来年度に向けて



- 本人相談員を増やす（増員予定）
  - \* 本人たちのチャンスを増やす
- 「本人講師」の設置を検討 \* 今後、ネーミングもっとすてきに・・・  
推進員の依頼で、講演や認知症サポーター養成講座等を一緒に行う場合に、「本人講師」として活動してもらうことを検討中
  - \* 本人を、行政や支援者側の活動に使いまわしてはだめ・・・。  
本人自らが活躍したくなり、息長く活動を続けていけるための活動環境をつくっていくことが、行政・推進員の大事な役割（経済面も含めて）

## 皆さまへ 本人相談員と私からのメッセージ

- ・ 今関わっている本人との関係性を大切に。  
関係性が良いと、この人と一緒にやってみようという希望のことばが出てくる。  
その希望のことばを見逃さずに、キャッチして！
- ・ 日頃から本人と沢山話をして、その会話の中から、  
前向きに考えられるように語り続け、夢を引っ張り出して！
- ・ 夢がかなったら、終わりじゃない。  
もっと良くなるように、一緒に検討し続ける→他の人の希望につながる



希望を灯しながら歩んでいこう。これからもいっしょに・・・

**ご清聴ありがとうございました**



## 参 考 情 報

\*本日の報告資料、ポスター掲示資料は、認知症介護情報ネットワーク（DC ネット）からダウンロードできます。どうぞ関係者にもお知らせください。 <https://www.dcnnet.gr.jp/>

## < 関 連 情 報 >

### 【厚生労働省】

■認知症施策関連ガイドライン(手引き等)、取組事例（一覧）

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000167902.html>

■オレンジポスト～知ろう認知症～（厚生労働省認知症施策推進室 フェースブック）

■これからの地域づくり戦略 集い・互い・知恵を出し合い（3 部作）

<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/000490107.pdf>

### 【認知症ケアパス】

「認知症ケアパス作成のための手引き」財形福祉協会 <http://zaikei.or.jp/hbdcp.pdf>

### 【認知症の本人向けガイド、本人ミーティング、本人座談会、社会参加活動】

■「本人にとってのよりよい暮らしガイド～一足先に認知症になった私からあなたへ」

<http://www.jdwg.org/guide/>

■「本人ミーティング開催ガイド」

[https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/honninmeeting1\\_1.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/honninmeeting1_1.pdf)

■本人座談会（映像）

[https://www.npwo.or.jp/dementia\\_campaign/index.html](https://www.npwo.or.jp/dementia_campaign/index.html)

■「認知症の人の「はたらく」のススメ」～認知症とともに生きる人の社会参画と活躍～

<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/000334587.pdf>

### 【認知症初期集中支援】

■認知症初期集中支援チーム員研修、活動事例（平成 29 年度）（国立長寿医療研究センター）

<http://www.ncgg.go.jp/ncgg-kenkyu/documents/H29rouken-4houkoku.pdf>

### 【認知症カフェ】

■「認知症カフェと認とも（事例集）」（平成 28 年度）

（認知症介護研究・研修仙台センター）

<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/nintomo.pdf>

### 【地域の見守り・SOS 体制構築】

■「見守り・SOS 体制作り基本パッケージガイド」（平成 29 年度）

（認知症介護研究・研修東京センター）

[https://www.dcnnet.gr.jp/pdf/download/support/research/center1/t\\_h29SOS\\_guide.pdf](https://www.dcnnet.gr.jp/pdf/download/support/research/center1/t_h29SOS_guide.pdf)

### 【若年性認知症】

■「若年性認知症ハンドブック（改訂版）」（平成 27 年度）

<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/handbook.pdf>

# 行方不明を防ぎ、安心して外出できる地域の体制づくりに関して



「見守り・SOS体制づくり基本パッケージ・ガイド」  
 (認知症介護研究・研修東京センター、2018年)

<https://www.dcnnet.gr.jp/pdf/download/support/research/cente>

見守り・SOS体制づくり基本パッケージ 検索

- \*地域の様々な人たちとともに、見守り・SOS体制づくりを一步一步、築いていくためのポイントや内容、具体事例をコンパクトにまとめたガイドです。
- \*自地域にあるものをフルに活かして、一人でも多くの人が安心して、外出を楽しみ続けられる地域をつくろう！

## 見守り・SOS体制づくりの全体像 基盤づくりを大切に、一アクションを生み出そう！

