



はじめの一步

事例集

点を線に。

はじめに

「応援者」から「支援者」へ

認知症サポーターの、地域住民の認知症への理解を広げる「応援者」としての役割はとても大きなものです。しかし、認知症800万人時代を迎える現在においては、遠巻きの応援だけではすでに追いつかず、もっと現実的な自分自身の事として、または自分の家族の事として具体的に地域で活動をしていかなければならない時期に来ているのかもしれない。

「認とも」という言葉はまだなじみの浅い言葉です。

この事例集で紹介する7つの事例は、いずれも「認とも」という名称は使用していませんが、取り組まれている内容は、「認知症カフェを拠点とした居宅訪問活動」であり「認とも」です。まだ、はじめたばかりの事例や、すでに訪問活動を体系的に行っている事例など様々ですが、いずれの事例も、地域住民の「もっと何かしたい」「具体的な支援方法を学びたい」という“声”や“思い”から始まっています。

大切なことは、その“声”や“思い”を聞く、専門職の姿勢であり、それを実現するアイデアでした。

事例集では、背景や経緯から、他の地域で実践するための「ワンポイントアドバイス」まで紹介しております。ここで、紹介した先駆的な事例が他の地域に波紋のように広がっていき、認知症カフェがより有機的に活用され、多くの認知症の人、そして家族に届くことを切に願っております。

平成29年3月

認知症介護研究・研修仙台センター

本冊子に掲載されている内容については、認知症介護研究・研修仙台センターがヒアリング調査を行い同意を得て独自に編集を行ったものです。平成28年度ヒアリング調査実施時点の現状であり、現在とは異なる部分がございます。

目次

Case1

地域住民とつくる認知症カフェと「地域支え合いメイト」の育成
新潟県新発田市

Case2

重層的な見守りネットワークによるきめ細かな地域づくりと声かけ活動
東京都北区

Case3

キャラバン・メイトである住民の声に耳を傾け、
それを実現した居宅訪問活動
岡山県真庭市

Case4

多職種、住民協働のオレンジボランティアによる居宅訪問活動の実践
広島県東広島市

Case5

ボランティア団体と社会福祉法人のネットワークによる
ゆるやかな見守り活動
熊本県荒尾市

Case6

傾聴ボランティアがつくる認知症カフェと居宅訪問活動
熊本県錦町

Case7

認知症の人や家族の「応援者」から「支援者」へ
認知症サポートリーダーの育成と活用
長崎県長崎市

Case1

地域住民とつくる認知症カフェと
「地域支え合いメイト」の育成

新潟県 新発田市

(新発田市高齢福祉課介護指導係)

人 口	99,613人(2017年1月末)
高齢者人口	29,766人
高齢化率	29.88%
面 積	533.1km ²
日常生活圏域数	5圏域
地域包括支援センター	委託 5か所
認知症地域支援推進員数	6人(役所、各包括1人ずつ)
認知症サポーター数	約6,800人
把握認知症カフェの数	5か所 (2017年3月に1か所、4月に1か所増える予定)

1 新発田市の 地域特性

新発田市は、新潟県の北部に位置する人口10万弱の中核都市である。古くからの城下町として県北の行政・産業・経済・教育・文化の中心的都市として発展する一方、海あり山ありの自然豊かな土地であり、良質で豊富な水源を持ち、稲作や日本酒造りが盛んな地

域。また新潟市のベッドタウンとして居住する人も多いが、郊外に新たなショッピングセンターが出店したと同時に、中心商店街の衰退は加速している。人口減少対策の効果により人口減少は緩やかな傾向であるが、高齢化率は30%が目前に迫っている。





2 新発田市の高齢者支援等の背景や課題

新発田市の認知症関連施策は、認知症サポーター養成講座の開催を皮切りに、平成21年頃からスタートした。その後、マスコミで大きく認知症が取り上げられたこともあり、講座の開催とともに、徐々に認知症に関する住民の関心は高まっていった。

ある年、2・3件立て続けに、認知症高齢者が徘徊した後、遺体として発見される事案が発生した。これを契機に、行政として、より広く普及・啓発ならびに地域による支援体制の構築の必要性を感じ、地域住民や関係機関と協力して取組んでいかなければならないと動き始めた。

これまで認知症高齢者の徘徊への対応として、平成21年度からGPS貸与事業を実施していたが、最近では、利用者が年間1名程度と非常に少なかった。そのため、GPSよりも手軽で効果が期待できるものとして、平成28年度から登録番号入りの反射ステッカーを靴のか

かどに貼る「認知症高齢者見守り事業」に切り替え、現在は25人程度が登録されている。

認知症高齢者見守り事業は、ステッカーによる「徘徊時の早期発見・早期対応」だけでなく、地域の見守り体制づくりが重要な目的になっている。家族等から利用申込があると、各地域包括支援センターに配置された認知症地域支援推進員等が中心となり、本人・家族等と相談して支援プランがつけられる。そして、徘徊ルート上の支援者など周囲の人たちに認知症であることを伝え、協力を依頼し、地域の見守り体制（見守りチーム）をつくる。その後見守りチームが市内にたくさんできて、そのメンバーとなった地域の人たちが見守り活動等に実際に関わることで、認知症についての理解が地域全体に広がっている。

新発田市における認知症施策は、行政や専門職だけではなく、地域の人々をまき込み、つなぎ、地域全体で認知症の人を支えていくことを目指したものとなっている。

3 新発田市の 認知症カフェについて

1 はじまりから現在まで

認知症カフェは「新発田市認知症カフェ実行委員会」(事務局:新発田市高齢福祉課介護指導係)が主催し、平成27年12月からスタートした。開催に先立ち、平成27年4月から、介護支援専門員・介護サービス事業所・新発田市社会福祉協議会・地域包括支援センター・家族介護者・認知症地域支援推進員等のメンバーから構成されるコアメンバー会議を数回にわたり開催し、認知症カフェ開催の目的・イメージづくり・必要な物品や役割分担など、目指す姿の共有を図った。



その会議の中で、以下の4つのキーワードが抽出された。

【キーワード】

- ① 誘い出すきっかけとなる目玉となる物があること
- ② 外からも中の様子が分かり気軽に入ることができる
- ③ 馴染みやすく、初めて参加する人も迎え入れる雰囲気がある
- ④ 心が落ち着いて話しやすい、相談がしやすい

【具現化するために】

「人」=実行委員会
(民生委員、自治会、老人クラブ、地域ボランティア、地域密着型事業所など)

「モノ」=内容としつらえ
(イベントがある、看板、おいしい食べ物、インテリア)

「場所」=馴染みの場所と交通機関
(駐車場がある、公共施設つぽくない)

これらをもとに、コアメンバーに、地区組織と新たな専門職種（作業療法士等）・地域ボランティアなどを加えた実行委員会を組織し、地域住民や関係機関で作り上げる認知症カフェ「よ♥らっしえ」の開催に向けて具体的な取組が始まった。

認知症カフェの運営の主体はあくまでこの実行委員会。この中に、認知症サポーターのステップアップ研修を受講した「認知症地域支え合いメイト」も加わっている。こうした人材の交流によりひとつのものを創り上げる作業の共有は、専門職同士の交流も深めるといった副次的効果もあった。

2 認知症カフェの広がり支援方法

地域住民や関係者など様々なメンバーで構成し、丁寧なプロセスを踏んだ認知症カフェづくり。それは、新発田市全体に、認知症カフェ設立のノウハウを体験してもらうという大きな成果を残した。

その効果は、すぐに現れ、「よ♥らっしえ」に実行委員メンバーが所属しているグループホームや、「認知症地域支え合いメイト」が開催するカフェ、大学との連携によるカフェなど、平成28年度に4つの新たな認知症カフェが加わり、さらに今後も2か所の認知症カフェが設立される予定でもある。それぞれのカフェは、特徴が異なっており、参加者のニーズに合わせて選ぶことができるという多様性のある展開を見せている。

新発田市としては、認知症カフェの安定的な継続に向けて、今後も地域住民への周知広報、そして運営スタッフの育成として認知症サポーターの養成とその発展形である「認知症地域支え合いメイト」養成を行っていくことを計画している。また、「よ♥らっしえ」は、



新発田市のモデル的な認知症カフェであるために、このカフェの継続自体が、さらに認知症カフェを広げ、数を増やしていきたいと考えている。

「地域にカフェが増えていくことにより選択肢が増え、参加者自身が選んで、いろんなカフェに参加していただけるようにしたい」とのこと。

新発田市の認知症カフェの一例

Case

Case1 しばた版認知症カフェ
「よ♥らっしえ」

開催頻度 月1回
13:30~15:30

会 場 新発田市生涯学習センター
多目的ホール

参加費用 100円

内 容
イベントとして歌や体操のアクティビティ
とカフェタイム

※運営に携わる実行委員は、現在38人
(内10人が認知症地域支え合い
メイトである)

Case2 まなびや

開催頻度 月1回(第4週金曜日)
14:00~16:00頃

会 場 くるま乃地域交流スペース
(特別養護老人ホーム内)

参加費用 100円内

内 容
毎回専門職によるミニ講話と
カフェタイムがある



4 「認とも」の はじめの一步

1 「地域支え合いメイト」背景と育成

新発田市では、平成21年度から認知症サポーター養成講座を開催しており、キャラバン・メイトは155人、認知症サポーターは約6,800人を養成している。地域だけではなく、学校や職域などでの開催も増えてきており、認知症への理解者は確実に増えてきている。しかし、認知症サポーター養成講座を受講するだけでは直接的な活動につながることは少なく、受講者や他の関係者から「サポーターになったけど何をすればいいの?」という声も聞かれるようになってきた。

そこで、平成25年から市の主催で年1回、認知症疾患と制度活用についてより深く学んでもらう「認知症サポータースキルアップ研修」を開催することとした。しかし、開催してみると、知識や理論だけでは行動には結びついていかないことがわかった。そのため、より実効性があり、具体的な活動が実践できる人材として「認知症地域支え合いメイト」の養成が発案された。

「認知症地域支え合いメイト」は、地域包括支援センターや認知症地域支援推進員と地域で協働する地域ボランティアである。

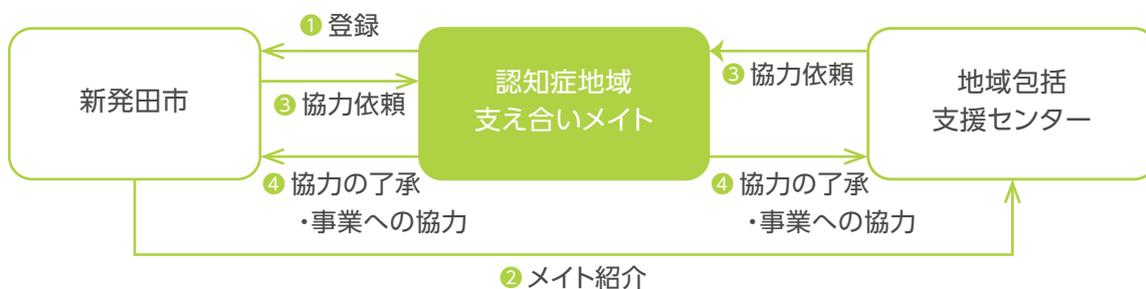


図 事業への協力依頼の流れ(イメージ)



2 「認知症 地域支え合いメイト」とは?

認知症の人が、住み慣れた地域で、その人らしい暮らしを続けていくために、認知症サポーターからさらに一歩進んで、地域において認知症の人やその家族に対し積極的に具体的な支援を行う人をいう。



3 どんな人がなれるのか？

認知症サポーターや認知症キャラバン・メイトを受講対象者とした「認知症地域支え合いメイト養成講座」を修了した人。属性としては、地域住民でボランティアに関心のある方や、介護経験のある方・民生委員・地域の介護保険事業所の職員等、やる気や行動力のある方が中心となっている。登録者は約57人であるが、実際に活動しているメイトは10数人とさほど多くないのが実情であり今の課題。

4 役割と活動内容

「認知症地域支え合いメイト」の活動方法は、まず市に登録し、地域包括支援センターの協力依頼に応じて市が橋渡しを行ない、活動を展開する。(図参照) 具体的な例としては、①認知症カフェの企画・参画②地域包括支援センターが実施する認知症サポーター養成講座や地域ケア会議への参画③個別の認知症高齢者支援への手伝いなどである。現在のところ、認知症カフェのボランティアスタッフとして企画運営に携わったり、認知症サポーター養成講座の手伝いなどが多くなっている。

5 認知症サポータースキルアップ研修と認知症地域支え合いメイト養成カリキュラム

①

認知症サポーター スキルアップ研修

時 間	2時間
対 象	認知症サポーター
内 容	
講義1	認知症の理解 (認知症サポート医)
講義2	認知症の人と家族を支える 視点(認知症地域支援推進員)

②

認知症地域支え合いメイト 養成講座

時 間	2.5時間×2回計5時間
対 象	認知症サポーター、 キャラバン・メイト
内 容	
	認知症の人の行動や思い、ケアのポイントの理解(認知症ケア専門士)
	認知症の人と接する際の技術としての傾聴(傾聴ボランティア)

※これらの研修会は、市の広報による募集のほか、認知症サポーター養成講座終了時に、同意が得られる方には連絡先を確認しておき、後日、開催に合わせて個別に通知を行っている。

5 連携している 関係機関

自治会連合会・民生委員児童委員連合会・
老人クラブ連合会・作業療法士会・地域密着
型サービス事業所・社会福祉協議会・保健
所・民間事業所・認知症ケア専門士・市民ボ
ランティアなど



6 具体的な課題

- 「認知症地域支え合いメイト」の登録者は57人程度であるが、実際に活動をしているメイトは10人程度と少ない状況であり、活躍できる場所や場面を作っていくことが必要である。
- 在宅で暮らす認知症の人や家族への、個別的な支援を積極的に行っていくことも視野に入れて養成を行ったが、一部、個人的にゴミ出しの手伝いや、声かけや見守り等をしている人もいるが、なかなか活動が広がっていかない。



7 取組はじめての ワンポイントアドバイス

- 認知症カフェも、「認知症地域支え合いメイト」も、始めることよりも継続していくことが難しい、実際に始めてみて強く感じる場所である。そのために、養成後の活躍の場所や場面をコーディネートしていくことが行政や地域包括支援センターには求められていると思う。また、コーディネートできることは限られるのであまり大きすぎる目標ではなく、できることを少しずつ積み重ねていくことが大切だと思う。
- 認知症カフェについては、地域住民や専門職がスタッフとして主体的に運営に参画し、一緒にカフェを作っている、という意識を持てるようなプロセスが重要。それによって、養成した「認知症支え合いメイト」も、認知症カフェのスタッフも達成感を感じることができている。



8 取組のポイントや工夫

何か活動したいという人が、地域住民や専門職の方の中にはたくさんいる。その声や気持ちをキャッチし、活動と上手くマッチングしていくことが重要と考えている。

- 認知症サポーター育成の段階から役割として押し付けず、その人にできることを手伝ってもらおうというスタート時の緩やかさや、楽しみながら参加できることを考えることが大切。かわりの中で少しずつ育っていったらいいと思っている。
- 地域住民に活躍してもらうには、お互い遠慮や気兼ねのない関係づくりが重要。その住民と地域包括支援センターが、協働の場面や共通の経験を通じ、互いの人となり分かりあえる時間を過ごすことで、十分な力を発揮してもらうことが可能になると考えている。

新発田市の取組みは、スタート時点からきわめて計画的であり、共通の経験をもとにした参加者の関係構築を大切にして展開されている。事業のプロセスにおいて、知らず知らずのうちに、それぞれがやる気になり、参加意欲を高め、「自分にもできるかもしれない」という期待感や自信につながるような仕掛けがある。認知症サポーター養成講座の発展形である「認知症地域支え合いメイト」については、現在、システムづくりの途上であり、今後、地域包括支援センターと連携した地域での活動がどのようにすすめられるか期待されるところである。

加えて、これらの活動は、専門職同士のつながりを深めるという副産物も生み出した。さらに、各事業所に隠れていた認知症ケア専門士などの優れた人材の発掘や活躍の場にもつながっている。

(文責：認知症介護研究・研修仙台センター)

Case2

重層的な見守りネットワークによる
きめ細かな地域づくりと声かけ活動

東京都 北区

(北区健康福祉部介護医療連携推進担当課)

人 口	345,277人(2017年2月1日)
高齢者人口	87,814人
高齢化率	25.4%
面 積	20.61km ²
日常生活圏域数	3圏域
地域包括支援センター	直営 1か所 委託 16か所
認知症地域支援推進員数	17人(各包括1人)
認知症サポーター数	17,000人
把握認知症カフェの数	17か所 (オレンジカフェ きたい〜な)

1 北区の地域特性

東京都北区は、東京都の北部に位置し南北に細長い形状をしている。交通では、北区は23区内で最もJRの駅数が多く11駅ある。また、都営荒川線や東京メトロ南北線も走り都心へのアクセスも非常に良い地域である。人口は、平成28年時点で都23区内で11番目であるが、高齢化率は最も高く東京都の平均を大幅に上回るペースで進んでいる。特に、高度成長期に作られた古い都営住宅が集合する桐ヶ丘団地は高齢化率が60%近いところもある。こうした背景より、北区では以前から高齢者への支援の意識も高く様々な地域づくりの取り組みが行われてきたところでもある。



2 北区の高齢者支援等の背景や課題

北区は、東京23区内で最も高齢化率が高い区であり高齢者人口も多い。桐ヶ丘では59%に上り、後期高齢者がそのうち半数を占めていることもあり、当然、認知症の方も多く存在していると想定されている。こうした地区もあることから、以前より見守り活動を初め高齢になっても住みやすい地域づくりについては区を上げて取り組みを行っているところである。

認知症地域支援推進員は各地域包括支援センターに1人配置。認知症カフェを医療・介護・地域のつながりの拠点とする取組みやケアパスの作成、認知症サポート店の支援、多職種協働研修など、住民協働で認知症施策の検討・推進を図っている。加えて特徴なのが、北区オリジナルの「見守りコーディネーター」を全包括に配置していることであろう。「見守りコーディネーター」の開始は平成24年で、「地域見守り・支え合い事業」の中で実施されている。「見守りコーディネーター」は認知症カフェやふれあい交流サロンに携わり、一人ぐらし定期訪問やおたがいさま様ネットワークなど地域の高齢者の生活を支える事業の中核的役割を担っている。

3 北区の認知症カフェ ～身近な相談窓口とサポーター活躍の場として～

1 はじまりから現在まで

認知症カフェは、平成27年度から区が各地域包括支援センターに設置を働きかけ、現在は各地域包括支援センターで1か所程度運営されており17か所。それぞれに特徴はあるが、「オレンジカフェ きたい～な」が共通名称でそのあとに〇〇カフェという名前が続く。

北区として認知症施策の取り組みは積極的であったことから、認知症カフェへの行政としての取り組みも早かった。認知症カフェの取り組みを始めるに当たり北区として考えたことは2点ある。第一に、地域包括支援センターよりもっと身近で敷居の低い認知症の相談窓口が必要であったこと、そして第二に、認知症サポーターの地域での活躍、活動の場として認知症カフェは最適ではないかと考えたことであった。以上のことを踏まえて、北区の認知症カフェは、認知症の人と家族の支援をめざし、認知症の身近な相談窓口、早期支援・対応、認知症サポーターの活動支援、各専門職の繋がりの拠点などをねらいとして、各地域包括支援センターに委託として実施している。

認知症カフェをどのように

2 支援し広げていくか

北区の認知症カフェへの主な支援内容は、人材派遣や連携などの運営に関する支援、広報など住民への周知活動を中心に行っていることである。認知症カフェには、「オレンジカフェ きたい～な」という名称で実施することとして、看板(イーゼル)を提供する。また、広報周知活動として「認知症カフェ:オレンジカフェ きたい～な北区マップ」を作成し、地域住民に理解しやすく広報をしている。北区では、北区認知症支援キャラクター「こんちゃん」を作り住民に親しみやすくする工夫をしている。このキャラクターは地域包括支援センターの職員がデザインをしたものである。人材派遣では、区担当課に依頼することで専門職の派遣を行う。その費用は東京都の補助金で賄われている。専門職は、認知症サポート医やもの忘れ医、臨床心理士、看護師や作業療法士などでありこの専門職がミニ講話を行うこともある。

しかし、内容については特に指定や基準がなく自由である。それが実施者の不安にもなっていたが、2か月に1回地域包括支援センターの担当者による認知症事業連絡会を開催し、その場で各認知症カフェの報告や情報交換がなされ、それぞれが工夫をして特色のあるカフェ運営に役立てている。

運営は、地域包括支援センターが担い、認知症サポーターや民生委員がボランティアとして運営に関わっている。これまでは、地域包括支援センターによる認知症カフェだけであったが、今後はこれに加え、開催を希望する民間の認知症カフェの開設を支援していく予定である。その際には、既に開催している認知症カフェの地域包括支援センター職員

が運営を支援するような仕組みを作る計画がある。



こんちゃん

北区の認知症カフェの一例

Case

Case オレンジカフェきたい～な「かすみそうCafé」

開催頻度	月1回 第3月曜日 13:00～15:00
会場	滝野川市場通り商店街滝野川新鮮組本陣(商店街のレンタルスペース)
参加者	15人程度
参加費用	無料
内容	ミニ講話が必ず入り、それを話題としてカフェタイムで参加者同士話をしている。血圧測定などをするときもある。
主催	滝野川西高齢者あんしんセンター(地域包括支援センター)



4 「認とも」のはじめの一步 ～見守りネットワークの積み重ね～

1 「見守りコーディネーター」の 背景から育成まで

北区の、認知症カフェ運営の中心を担う認知症地域支援推進員に協力するのが、地域包括支援センターに配属されている「見守りコーディネーター（生活支援コーディネーター兼務）」。

都内で最も高齢化率が高い北区は、他区より早い時期から地域づくりの事業を展開しており、オリジナルの事業として始まった「見守りコーディネーター」は、認知症カフェに携わるほかに、「北区高齢者地域自立支援ネットワーク推進事業」のおたがいさまネットワーク事業を担当し、民生委員による一人暮らし高齢者定期訪問事業、町会・自治会の見守り事業などにもかかわっている。これらは、すべて地域の高齢者等の見守りに関する事業でありすべての事業が重層

的であり、より細かく繋がり隙間の無いネットワークが構築されている。メンバーは、民生委員、認知症サポーター、町内会役員などであり、皆それぞれにかかわっていたり、重複して活動をしったりしているために、お互いに連携が取りやすくなっている。

また、地域包括支援センターの認知症地域支援推進員や「見守りコーディネーター」は、認知症サポーターの養成とその後のフォローを行うことで地域づくりのための連携とスキルアップのための支援をおこなっている。具体的には、認知症サポーター養成→北区認知症サポーター交流会（区全域）→地区（包括圏域）での連携のための会（地区会）を開催している。特に、地区会は地域の認知症サポーターの連携を図るうえでは欠かせない集まりになっている。





2 地域の高齢者や認知症の人への見守り、声かけの方法

- 民生委員一人ぐらし高齢者定期訪問: 民生委員が週に1回程度定期的に訪問し、安否の確認や悩みごとの相談を行う(民生委員主体で区担当課が窓口)
方法: 対象は65歳以上の独り暮らし高齢者で、民生委員が必要な対象者を定め訪問が行われる。
- 北区おたがいさまネットワーク
概要: 地域包括支援センターを中心に民生委員、協力機関(警察や消防署)、協力団体(町会・自治会、社協、医療機関、民間企業等)と連携して高齢者地域自立支援ネットワークの充実と連携強化を図るとともに、高齢者等の見守り事業として民生委員や「声かけサポーター(ボランティア)」による

声かけを実施(玄関先等で月2回程度)。
方法: 対象は65歳以上の単身者又は75歳以上の高齢者のみの世帯で不安を抱えている方で、申し込みは地域包括支援センターまたは民生委員に相談することで「声かけサポーター」による声かけが行われる。

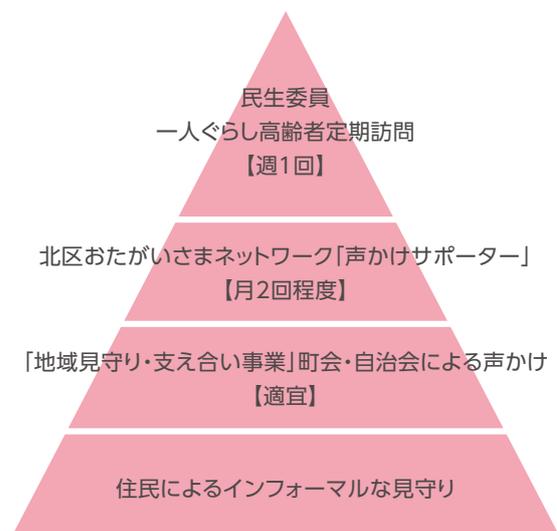


図 北区による重層的な見守りネットワーク

- 「地域見守り・支え合い事業」町会・自治会による声かけを実施

概要：町会・自治会が行う、地域における自主的な一人ぐらし高齢者等の見守り活動。地域見守り・支えあい活動の推進とおたがいさまネットワークによる一人ぐらし高齢者等の見守り体制の連携と強化を図っている。事業の実施にかかる経費の一部を区が補助。



3 それぞれの役割

一人ぐらしや認知症の人への見守りをとおり、地域づくりを行うこと。

4 「声かけサポーター」の養成研修と認知症カフェの交流

- 「声かけサポーター」の養成

【事例：滝野川西地域包括支援センター圏域のA町会】

東京都が作成している「高齢者等の見守りガイドブック」を使用し勉強会を実施している。講師は地域包括支援センターが担当している。

A町会年1回1時間半。年3～4回行っている町会もあり。

- 「認知症サポーターの地区交流会」

【事例：滝野川西地域包括支援センター】

地域包括支援センターが主催し、その地区に在住の認知症サポーターに声かけして2時間程度の時間で2部構成で行う。1部は、その地区にある高齢者施設やグループホームの紹介。2部はグループワークで情報交換や交流を行う。なお、認知症サポーターの声かけはサポーター養成時に連絡先を聴くようにして情報を得るようにしている。

【事例】

滝野川西地域包括支援センター圏域のA町会

訪問は、民生委員と声かけサポーターが2人一組で行うことがルールである。

対象者：28年度 215人
29年度 208人

で名簿を作成する。(同意書はあり、原則本人が記入することになっている)

今のスタッフは、女性20人、男性6人。スタッフに女性が多いのは、見守り希望者の多くは女性であり、日頃から面識がある女性スタッフが訪問することで、変化に気づきやすく町会の活動等にも誘いやすいため、それが望ましいと思っている。

5 連携している団体

シニアクラブ(老人クラブ)、ヤクルト、コンビニエンスストア、新聞販売所、警察、消防、北区医師会など

6 具体的な課題

サロン等に参加しない人や他者とのかわりを拒む人への働きかけは課題である。男性のスタッフがもっと多く居ればよいと感じることもある。



7 取組はじめの ワンポイントアドバイス

行政として、あまり支援方法や活動内容の形を決めない方が良いのではないかと感じている。その地域により特性は異なるので、自主的にどのようなことができるかを検討し形作っていくことが大切ではないかと感じている。ただし、地域住民も賛同する明確な目的があることが大切でそれに向かってどのような方法があるのかを検討してもらうことで方向性はぶれないのではないだろうか。

地域包括支援センターとして、見守る側はその役割や範囲を守ることが大切だと思う。当然、町会や自治会内で、意見の食い違いや協力者の温度差があるが、それも含めて考えてもらうことが大切だと感じている。

実際に行っている町会の方は、無理をしないこと。難しいこと、つまづくことがあったらその都度検討しているとのこと。





8 見守り活動が継続する うえで大切なこと

北区は、居宅内への訪問は行っていない。これも東京と言う地域特性があるのかもしれない。北区の実施する見守り活動は、薄く、広く、そして細かく、重層的に行われる。様々な事業で行われる見守り活動は、何層にも重層的に展開されることにより、ろ過装置のように最終的には非常に緻密で細かな見守りが展開されることになる。一見複雑ではあるが、支える側の人材は重複している場合が多く混乱なく活動が展開されているように見えた。これは、明確なビジョンがあることがポイントになっている。それは、見守られる側が何

を求めているかを大切に、見守られる側のニーズに合った見守り事業づくりを基本理念として掲げているところが影響しているのではないだろうか。あくまでも見守りは押しつけや事業ありきではなく、必要とされる人がいるからそれに答えるという基本姿勢と、支えも無理をしないというスタイルが継続のポイントである。また、地域に自由度を持たせ、その地域に適した活動を創造的に行うことを推奨していることは発展するうえで大切なことかもしれない。

(文責：認知症介護研究・研修仙台センター)

Case3

キャラバン・メイトである住民の声に
耳を傾け、それを実現した居宅訪問活動

岡山県 真庭市

(真庭市高齢者支援課)

人 口	47,246人
高齢者人口	17,071人
高齢化率	36.1%(2016年4月1日)
面 積	828km ²
日常生活圏域数	6圏域
地域包括支援センター	直営 1か所 委託 ブランチ6か所
認知症地域支援推進員数	1人
認知症サポーター数	10,010人
キャラバン・メイト	368人
把握認知症カフェの数	5か所



1 真庭市の地域特性

平成17年9町村が合併し、岡山県の11.6%を占める岡山県最大の面積を有する自治体である。そのため地域ごとの特徴や気候も多少異なる。岡山県北部で中国山地のほぼ中央に位置し、北は鳥取県に接している。気候は北部山間部は豪雪地域であるが、他の地域は年間を通じて比較的穏やかで、台風や地震などによる災害も総じて少ない地域といわれている。総人口は減少傾向で高齢化率は36.1%で上昇傾向である。産業では、近年林業を基盤としたバイオマス産業が盛んであり新たな資源として注目を集めている。また蒜山高原は乳業や観光で広く知られている。

2 真庭市の高齢者支援等の背景や課題

真庭市の高齢者人口は5人に一人は後期高齢者となっている。認知症の人の数は、日常生活自立度Ⅱ以上で2,163人(12%)。以前より認知症サポーター養成とキャラバン・メイト養成に力を入れており、サポーター数10,010人、キャラバン・メイト368人と他の自治体と比較しても非常に多いことが特徴である。特に、キャラバン・メイトの本来の活動はサポーター養成であるが、真庭市ではキャラバン・メイト連絡協議会を平成27年から組織化し、各地域包括支援センター管轄ごとに支部を置いて活動を行っている。認知症キャラバン・メイトの属性では、真庭市の場合地域住民ボランティアが全体の43%を占めており介護関係者よりも多いことが特徴である。そのために活動の幅も広がりやすい。

地域の認知症への理解がまだまだであることから、毎年セミナーを開催。また、支部活動として、平成22年から「ちょっとホットコーナー」実施(平成26年度認知症カフェ開設に伴い閉鎖)。キャラバン・メイトフォローアップ研修で情報交換を行いながら、地域に必要な活動を模索している。



3 真庭市の 認知症カフェ

1 はじまりから現在まで

認知症カフェの前身となる活動は、平成22年頃スーパーマーケットの一角で「ちょっとホットコーナー」がキャラバン・メイトを中心に始まったことであった。毎月1回の認知症の無料相談コーナーで、キャラバン・メイトが交代で住民の介護や認知症に関する相談に乗るものであった。この活動が後に、認知症カフェにつながることになる。

真庭市のキャラバン・メイトの活動は、サポーター養成講座だけではなかった。前述した相談コーナー運営、チラシの配布、認知症のイベントの手伝いなど認知症に関する様々な活動を担っていたのである。フォローアップ研修なども年に1回～2回開催されており現在の活動や今後の活動についてグループワークを行い新たな活動や展開を常に模索していた。

そして、平成26年度「そよかぜカフェ」をキャラバン・メイトが中心となって始めたのである。場所は、地域の中で高齢者の寄合の場にと個人宅を改修しフリースペース(コミュニティカフェ)を開設していた方から無償で月1回借りることができたために、ここを会場とすることに決まった。場所探しは、行政担当者や地域包括支援センター職員がアンテナを張り巡らせ情報収集をしていた。この場所

は商店街の一角にあり地域の人も良く知っている場所であった。ただ、それまでは利用する人が少なく会場オーナーも寂しく思っていたことから、お互いにとって好都合であった。結果的に毎回40～60人程度の人が集まりとてもにぎわうカフェとなった。

この成功を受けて、他の地域のキャラバン・メイト連絡協議会支部のメンバーも「自分たちの地域にも認知症カフェを!」という機運が高まり、現在では5か所ではほぼ同じ内容のカフェがスタートしている。

運営には、キャラバン・メイトが毎回10人程度携わっている。認知症カフェのおかげで、新たな繋がりができている。送迎などはキャラバン・メイトが行う場合もあり、この部分は専門職や地域包括支援センター職員は行わない。

名称には「認知症」と入れておらず、「認知症キャラバン・メイトが開く」「〇〇カフェ」としており、チラシには「認知症の人、家族誰でも参加できます」と書かれている。実際に認知症の人は5人程度参加しており少しずつ理解が広がっている。



2 認知症カフェの支援状況と内容

認知症カフェの支援は、地域包括支援センターが5か所の認知症カフェで合計年間6万円(地域支援事業にて)予算化しており、必要に応じて活用する。しかし、実際はキャラバン・メイトがそれぞれ持ち寄ったものや、参加費用(200円)で賄われており、会場費もどの会場も無料のため、大きな予算を必要としていない。「これまでの大きな買い物としては、ポット、CDプレーヤーくらいかな。」とのこと。

地域包括支援センターの認知症地域支援推進員はすべての地域の認知症カフェに参加している。また、手順書を作成しているために準備や運営はその手順書に従いなされている。ただどのカフェもその場所に応じてアレンジして行っている。チラシの印刷や作成は地域包括支援センターで行っている。

真庭市の認知症カフェの一例

Case

Case 認知症キャラバン・メイトが開く「そよかぜカフェ」

開催頻度	月1回(地域によって異なる) 13:30~15:30
会場	フリースペース(その他、無料観光休憩所、デイサービス、公民館等)
参加者	40人~60人くらい (キャラバン・メイト10人前後、専門職、地域住民、認知症の人5人くらい)
参加費用	200円(共通)
内容	カフェタイムから始まり、回想法、エクササイズ、合唱(生演奏)、楽器演奏鑑賞等
運営	認知症キャラバン・メイト
その他	出張カフェも試行的に始めており今後は実施していく予定である。
年間予算	包括から全体で60,000円(備品、消耗品等) →最初はキャラバン・メイトが出し合ったりもした。持ち出しなどもある。
包括の役割	手順書作成、予算提供、チラシ等の印刷、広報

今後のカフェ

人口規模が小さく、メイトの数も少ないので無理には開設を進めてはいない。自然発生的を望む。

「そよかぜ」が成功したことが、メイトのやる気を起こさせた。一つの成功経験は大きな力になる。

「そよかぜ」の場合、市担当者からメイトリーダーに話をもちかけた。情報を提供すればやってくれる人だったし、認知症の介護を経験した人で熱い思いがあった。行政の思いと合致したことが成功のポイント。

4 「認とも」の はじめの一歩



1 「傾聴ボランティアまごころ」

平成25年、毎年開催しているキャラバン・メイト「フォローアップ研修会」にて、「傾聴活動」を実施してみたいという声が上がった。その翌年「傾聴活動」をテーマにした「ステップアップ研修会」を開催すると、「実際に行ってみみたい」、「しかし方法や技術がわからない」、「認知症の人の対応の不安」などの具体的な声や課題があげられた。

これらを受けて、平成27年に「傾聴活動」の意向調査を実施したところ、傾聴ボランティア活動参加の希望が55人に上ったため、実践している地域の方を招き「傾聴ボランティア研修会」を開催し具体的なイメージを共有した。研修会の内容は、独自に作成（講師の先生と相談しながら）。半日で1回のみで、講師は、川崎医療福祉大学の臨床心理士の先生に依頼した。

研修会受講者の中で、「傾聴ボランティア・プロジェクトチーム」を15人で結成。会の名称や組織、対象者、派遣の流れなどを検討し、具体的に活動可能な「実施要項」を作成、専門の講師を招き「傾聴ボランティア養成講座」を開催した。この際の養成講座修了者47人で、その後登録したのは34人であった。

ボランティアメンバーはすべて、キャラバン・メイトであり、連絡協議会のメンバーでも

ある。つまり、傾聴ボランティアは、キャラバン・メイト連絡協議会の中の一つの活動である。

名称は傾聴ボランティア「まごころ」で、実際の活動は翌年からとなった。

「まごころ」の概要 (実施要項抜粋)

対象者:

認知症の人またはその家族介護者、一人暮らしなどで話し相手を希望している高齢者

費用:無料

派遣の流れ:

- ① 申し込みは地域包括支援センター（相談表記入）
- ② 認知症地域支援推進員が事前訪問し本人の希望確認（派遣人員（原則2人一組）、頻度（原則月1回）、訪問者希望（性別、年代、地域、性格）
- ③ 派遣するメイト選定
- ④ 訪問開始
（初回はケアマネまたは推進員同行）
- ⑤ 活動の振り返り

保険:社会福祉協議会の
ボランティア保険加入

賃金:なし(ボランティア)

利用者の例として、一人暮らし男性80代、ヘルパー利用、地域との交流少ない、ケアマネから傾聴ボランティアについて聞いたとこのことを娘から相談、カフェにも来たが男性であるため続かず、「まごころ」利用となった事例もある。



2 傾聴ボランティア「まごころ」の活動目的

活動の目的は次の3つである。

- ① 認知症の人：寄り添うことで不安の軽減を図る。話し相手になることで脳を活性化し認知症の進行予防を図る。
- ② 家族介護者：介護の悩みや苦しさを少しでも軽減する。
- ③ 一人暮らしの高齢者など：寂しさや不安を癒し和らげる。見守りの機会にする。

3 傾聴ボランティア「まごころ」の役割とルール

役割は、見守りと話し相手、不安軽減。訪問は、原則2人で担当し、利用者には、あくまでボランティアであるのでお茶は出さないように前もって利用者に伝えてある。初回は対象者がどう思うか、訪問に慣れていない等の理由から、認知症地域支援推進員が同行する。また、個人情報の保護については、メンバーにその都度確認をするようにしている。

4 傾聴ボランティア「まごころ」の属性（人数、所属、経費）

登録人数：34人（平成28年）

年齢60代、女性が多い、リーダーがいる（互選で、女性＝キャラバン・メイト連絡協議会の副代表、元包括のケアマネ）。民生委員も入っている。会の運営にはお金はかからないが、研修費用は（地域支援事業）必要。定例会を2か月に1回の予定で実施している。

5 傾聴ボランティア「まごころ」の養成カリキュラムの詳細

講師：臨床心理士

時間：半日研修「傾聴の技法」

（13:00～16:00）

目的：傾聴の技法を身に着ける（知識はあるが技術はないために演習を中心）

- | | |
|----------------|---------|
| ① 閉じた質問、開かれた質問 | ② 支持 |
| ③ くり返しの技法 | ④ 質問の技法 |
| ⑤ 言い換えの技法 | ⑥ 明確化 |

5 連携している団体

地域包括支援センター及びランチ、市担当課、介護支援専門員、社会福祉協議会



6 具体的な課題

認知症の方が次回の約束を忘れていて不在のことがあったりするので、何度も確認をするようにしているがそれでもこのようなことは発生する。傾聴ボランティアはとても有用なことであり、継続的に利用される方もいるが、「終結」は決まっていないので、今後利用者増加の際にどのようにしたらよいかは少し不安を感じる。

まだ活動は始まったばかりであるので、訪問が本当に必要な人にまだまだつながっていないのではないかと感じている。今後も対象者の掘り起こしは必要であると考えている。



7 取組はじめの ワンポイントアドバイス

- 必ず傾聴に関する研修を受けること、研修会は大事に(キャラバン・メイトなので認知症に関する理解はあるが、傾聴には技術が必要である)。
- ケアマネ、保健師、行政職員、民生委員等、情報を有する専門職との連携は必要である。
- やりがいはあると思う。昔話ができるような時間の持てること、人生の終焉に向けて穏やかに語り合える。
- サポーターも同様に活動の機会を欲している人が多い。その声に耳を傾け、実現すること。



8 取組のポイントや工夫

真庭市では、住民ボランティアが自ら決定する体制を丁寧につけていることが感じられた。キャラバン・メイトを組織化し、グループワークによってできること探しを丁寧に行っている。これは住民が積極的であることもさることながら、地域包括支援センターがその仕掛けを上手に演出していることが最も大切な要素である。住民は自身で決めている。その決める場面と支える方法を地域包括支援センターがすでに準備している。認知症カフェにおいても手順作成や場所選定などでは地域包括支援センターの準備に他ならない。このような住民をエンパワーメントする力がきわめてすぐれた事例である。

(文責：認知症介護研究・研修仙台センター)

Case4

多職種、住民協働のオレンジボランティア
による居宅訪問活動の実践

広島県 東広島市

(東広島市健康福祉部高齢者支援課)

人 口	184,929人(2016年3月末)
高齢者人口	42,534人(2016年3月末)
高齢化率	23.0%
面 積	635.16km ²
日常生活圏域数	10圏域
地域包括支援センター	直営 4か所
認知症地域支援推進員数	6人
認知症サポーター数	10,193人
キャラバン・メイト	272人
把握認知症カフェの数	2か所

1 東広島市の地域特性

東広島市は、昭和49(1974)年4月に西条・八本松・志和・高屋の4町の合併により、広島県内で12番目に誕生した。長い歴史と伝統、恵まれた自然環境を背景に「賀茂学園都市建設」および「広島中央テクノポリス建設」の2大プロジェクトを柱に、社会基盤や産業基盤の整備が進められている。また中心地である西条は酒どころとして有名である。こうした背景から、人口は近年やや増加傾向、高齢化率も23.8%(平成28年度)と全国平均よりもやや低い傾向にある。また、平成17(2005)年2月、黒瀬・福富・豊栄・河内・安芸津の5町との合併を経て、内陸部の山々や瀬戸内海の多島美を望む海岸線まで市域が広がっている。



2 東広島市の高齢者支援等の背景や課題

東広島市には、平成22年度からオレンジ交流会と言う任意の専門職連携組織がある。このオレンジ交流会は、オレンジドクター(もの忘れ・認知症相談医)、オレンジアドバイザー(認知症介護指導者、実践リーダー研修修了者)、キャラバン・メイトの3種に加えて東広島市認知症担当者等の専門職からなり、年に2回交流会を開催してきている。現在は歯科医師や薬剤師、認知症家族の会等、会のメンバー約200人と地域に広がってきている。

またオレンジ交流会の中でもコアなメンバーにより実行委員会を組織し、認知症地域支援について何をどう進めていくか等協議する場となっている。その結果、これまでに、地域でのもの忘れ相談会の開催や、社会資源マップである『オレンジマップ(平成25年)』、『オレンジマップ(平成26年)』、そして認知症ケアパスとして『認知症ガイドブック(平成27年)』が作成された。東広島市は、高齢化率が23%と全国平均よりやや低いながらも合併が繰り返され現在の市が成り立っていることからこうした組織や職種間の連携は有効な手段である。さらに「多職種協働研修会」も開催されており医療・介護・福祉関係者のスキルアップの場であり認知症の地域支援の推進にもつながっている。

3 東広島市の 認知症カフェ

1 認知症カフェのはじまりから現在まで ～施策主導の認知症カフェ設置

東広島市の認知症カフェは2か所。いずれも市の委託事業で開催されている。広島県の認知症施策により認知症初期集中支援チームの設置と併せて「認知症カフェ」を設置することが推進されていたために、東広島市においてもその設置検討が始まった。

平成26年、最初に設置された認知症カフェは、認知症疾患医療センター指定病院で

あり認知症初期集中支援チームの実施主体でもある広島県広島中央認知症疾患医療センターに委託設置された。カフェはこの病院のケアセンターの2階で開催されている。

平成28年には、東広島介護支援専門員連絡協議会に委託をし、さらに一か所認知症カフェを開設した。各カフェは、月1回、あるいは2か月に1回と定例的に開催されている。このカフェを拠点にして現在、委託ではなく自主的な認知症カフェが2か所新たに開設される予定である。

東広島市の認知症カフェの一例

Case

Case1 etto Smile Café (えっとスマイルカフェ)

開催頻度 毎月第2土曜日
13:30～15:00

会場 認知症疾患医療センター
ケアセンター2階

参加者 毎回20人程度
(当事者、家族、地域住民等)

参加費用 無料

内容
申し込み制。グループ分けがされており、自由な会話が中心である。時々トピックを入れその後は体操や音楽などもある。

運営
疾患医療センターの職員と地域支援推進員により東広島市の委託事業で実施(年間46万6千円)

開始 平成26年6月

Case2 オレンジカフェきく茶屋

開催頻度 隔月第3日曜日
13:30～15:30

会場 仙石庭園東屋

参加者 毎回20人～25人程度
(スタッフ、当事者、
地域住民等)

参加費用 無料

内容
自由な会話や相談が中心である。
出入り自由。

運営
介護支援専門員連絡協議会と地域支援推進員により東広島市の委託事業で実施(年間37万8千円)

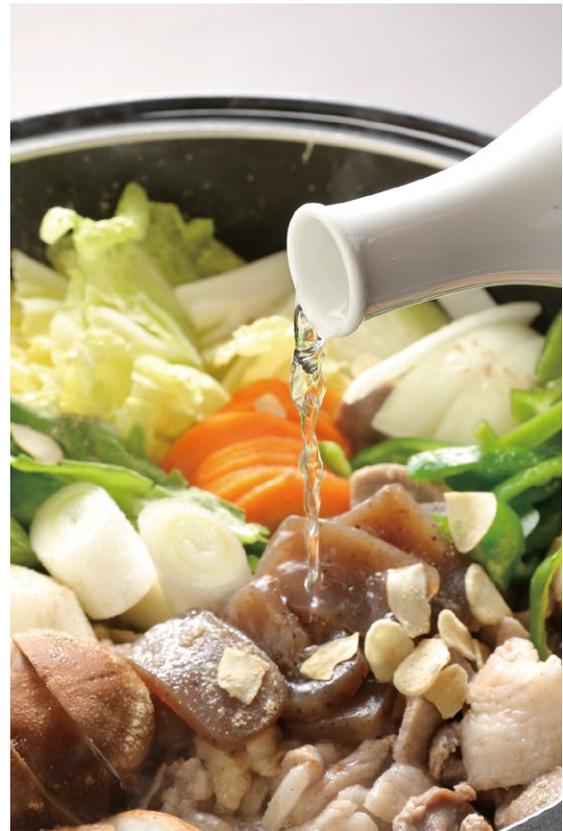
開始 平成28年5月

2 認知症カフェをどのように 支援し広げていくか

認知症カフェの支援は、東広島市の委託費で、人件費および消耗品、チラシ作製などの広報の費用である。また市の広報紙やホームページへの掲載などの支援を行っている。

委託費はスタッフ謝礼、消耗品、人件費等である。

委託事業としての認知症カフェの継続期間は未定であるが、この2か所の委託事業の認知症カフェをきっかけに広く東広島市に広がっていくことを願っている。



4 「認とも」の はじめの一步

認知症サポーターの活動の
場づくりとオレンジボランティア

1 (傾聴・おはなしボランティア) 養成

オレンジボランティア(傾聴・おはなしボランティア)は平成25年から始まった事業である。

そもそもは、オレンジ交流会有志の会メンバーの家族介護者の方の意見からはじまった。家族の方は、在宅介護をしていると外出することができない、認知症の人との会話と同じ内容の繰り返しで大変という意見であった。

この意見を受け、以前から養成している認知症サポーターから「活躍の場がない」という地域の課題が合致し、認知症サポーターによる居宅訪問活動ができないか模索し始めた。

実際、居宅訪問に必要なことを考えると、認知症サポーターは知識はあるがコミュニケーションは十分にとることができないこと、ボランティアで実施するので強制ではなく自発的な活動であることなど課題がわかった。

この課題を解決し、認知症サポーターが居宅訪問活動を行っていくために、平成25年から認知症サポーターを対象にした「認知症サポーターステップアップ研修」を実施。受講後、オレンジボランティアとして、東広島市に登録をする事業を始めた。活動内容として対象者の自宅までの移動はボランティア自身が行い、活動内容の報告書提出を市は求めないという形式でスタートした。

事務局を各地域包括支援センターが担い、登録者や利用希望者とのマッチングも地域包括支援センターの保健師が行うことになった。平成25年度に初回養成講座を開催しオレンジボランティアに19人が登録。現在(平成28年9月末)までに71人が登録している。利用者は初年度で14人に対し訪問回数45回、2年目利用者18人訪問回数76回、3年目は途中であるが利用者19人訪問回数69回(9月末時点)と年々増加傾向である。

2 オレンジボランティア活動の概要

オレンジボランティアの利用

対象者：市内在住の認知症の人、
または、家族介護者

利用料：無料

時 間：原則月1回、60分

申し込み：地域包括支援センターに
電話か申込書を提出する

その他：

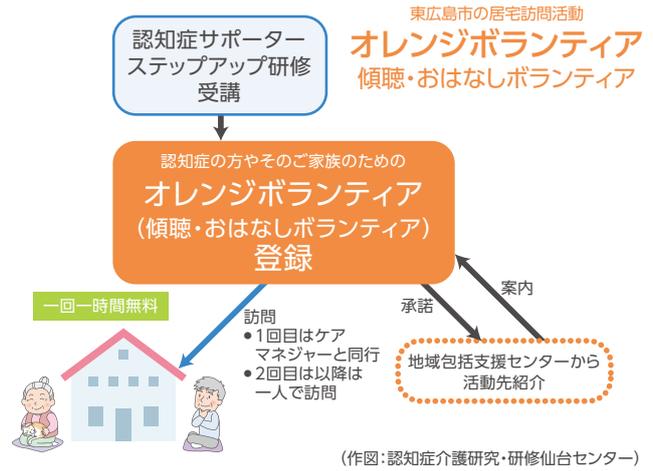
担当のケアマネに相談し、そこから地域包括支援センターへ申し込み利用も可能。オレンジボランティアは活動した内容を「活動記録表」に記載しているが、市への報告義務はない。

依頼があった場合、まず誰が訪問するか地域包括支援センターの保健師がマッチングを行う。マッチング後、訪問可能なオレンジボランティアと日程や時間等の調整を行う。基本はオレンジボランティアがひとりで訪問するが、初回はケアマネか包括支援センターの保健師が同行する。2回目以降は、ボランティアがひとりで訪問する。

平成28年度からは地域密着型サービス施設も、このおはなしボランティアの訪問制度が利用可能になった。ここでの訪問は、オレンジボランティアのスキルアップの場としても活用されている。

3 オレンジボランティアの目的

オレンジボランティアは話し相手。認知症の人には心理的安定に、家族は介護負担の軽減につながることを目的としている。また、サポーターが活動を通じて認知症の理解を更に深め、認知症の人や家族を見守り支える地域支援に繋がることを目指している。



4 どのような人が オレンジボランティアなのか?

平成28年度末時点で71人の登録あり、男女比では女性が65人、男性6人である。交通費等もすべて自己負担。ボランティア保険は各自任意で加入。また、年1回更新が必要である。



5 オレンジボランティア 養成カリキュラム

認知症サポーター ステップアップ研修の内容

周知:
市の広報誌に講座記事を掲載して、活動意欲のある人を募集する。

開催頻度: 年1回

対象者: 認知症サポーター

時間: 3時間

内容:
「認知症高齢者・援助者等とのコミュニケーション」(講師: 認知症介護指導者、オレンジアドバイザー)

- 認知症の人の心理、コミュニケーション、演習
- オレンジボランティアについて (行政)
- 登録について

5 連携している団体

東広島介護支援専門員連絡協議会、広島県広島中央認知症疾患医療センター、東広島市社会福祉協議会等



6 現在の課題とこれから

オレンジボランティアに登録しても、利用希望のニーズが登録希望者より少なく、活動に結びつかない実態がある。また、利用希望があってもボランティア活動者の自宅が利用者の地域から遠く活動できないことやボランティアのスキルなどの理由がある。

ボランティアになってもいきなり認知症の人の自宅へひとりで訪問することに不安を感じる人もいる。その際は2人で伺うなど対応を工夫し現時点でトラブルはない。

行政としては、交通費だけでも支給する方が良いかと感じることもあるが、あくまでボランティアによる活動であり、地域づくりや住民主体の面からみると支給しない方が良いかと悩んでいる。対応困難ケースの認知症の人がいる場合もあるが、その際は専門知識を持つボランティアが訪問するようにしている。今年度は施設への訪問活動へも拡大した。ボランティアの活動が、施設と自宅の併用が可能となり、認知症支援の経験の浅い人も、活動しやすくなってきている。活動の場も広がり認知症地域支援の輪が広がっていくことが期待できる。





7 取組はじめのワンポイントアドバイス

- 対象者とボランティアの相性が当然あるのでその点を注意しなければならない。ボランティア活動者や利用者には、この制度を活用してどう思っているのか、関係者に時々聞き取りを行いながら活動様子を把握していく。
- コミュニケーション技術に自信がないオレンジボランティアは、施設で対話の経験を積んで居宅訪問するなどの配慮が必要である。
また、あくまでボランティアであるので、ボランティアが活動したいという思いを実現するよう心掛けなければならない。
- 本人、家族のために何ができるかということを考え続けることが大切。そうした機会、場所を持つこと。東広島市にはオレンジ交流会があったようにそれぞれの思いや価値観を知る機会を増やすことにより新たな事業が想像されてくるのではないだろうか。

8 取組の上で大切な事

東広島市の特徴は、認知症カフェが委託事業で行われているが、実は認知症サポーターによる居宅訪問活動の方が先に行われていたところにあるだろう。認ともの活動は、多くの場合、認知症カフェの派生型で居宅訪問が行われているが、ここでは、認知症サポーターの具体的な活動として先行して認知症の人と家族に対象を特化した形で始まっている。しかも4年目でもあり実績も十分にある。成功の背景には、オレンジ交流会という、多職種協働の体制が整っていることにある。そして、その体制の基盤が醸成されており、そこに家族の声、認知症サポーターの思いが、ちょうど合致したものが、『傾聴・おはなしボランティア』である。

いずれにしても、東広島市から学ぶべき点は専門職協働による地域全体の安心感、ボランティア活動の安心感、そして行政との協働による安定感がある。

(文責：認知症介護研究・研修仙台センター)



Case5

ボランティア団体と社会福祉法人の
ネットワークによるゆるやかな見守り活動

熊本県 荒尾市

(荒尾市保健福祉部高齢者支援課)
地域包括支援センター

人 口	53,999人
高齢者人口	17,672人
高齢化率	32.73%
面 積	57.15km ²
日常生活圏域数	3圏域
地域包括支援センター	直営 1か所
認知症地域支援推進員数	1人
認知症サポーター数 (2017年2月28日現在)	7,335人
把握認知症カフェの数	1か所

1 荒尾市の地域特性

荒尾市は、熊本県の西北端に位置し(東経130度26分、北緯32度59分12秒)、北は福岡県大牟田市、西は有明海を隔てて長崎県・佐賀県に面しており西の有明海へとなだらかな丘陵が起伏している。

また、降雨少なく、季節風もあまり強くない、温暖で四季の変化に富んだ自然災害の少ない住み良い地域とされている。これらの自然条件を生かして、河川流域の平坦地では水稻栽培、丘陵地では特産の「荒尾梨」やみかん、スイカ栽培、海岸部では遠浅を生かした海苔養殖やアサリ採貝が行われている。ユネスコ世界文化遺産に登録される万田坑があることでも有名である。人口は、近年マンションも林立するなど、大型ショッピングモール周辺では増加している。そのため、近隣の各市町に比べて人口の減少率は低く、近年はほぼ横ばい傾向にあり、熊本県内では、天草市、玉名市、宇城市、合志市に次いで第7位である(平成28年6月1日)。



2 荒尾市の高齢者支援等の背景や課題

65歳以上の高齢化率が32%と高く、寝たきりや認知症高齢者が見込まれるとともに、一人暮らしの高齢者世帯の増加が懸念されている。そのため、身近な地域で体操や交流を行う介護予防・生活支援サービスの提供体制の充実を図り、できる限り在宅生活が維持できることを目指している。

今後、荒尾市において高齢者が自立した生活を支えるためには、要介護状態への進行や重度化を防ぎ、介護や支援が必要になっても、医療、介護、福祉、地域の連携によるサービスの提供や日常生活の見守りを行い、住み慣れた場所で安心して暮らせるような地域包括ケア体制づくりが必要となる。

3 荒尾市の 認知症カフェ

1 はじまりから現在まで

平成27年、荒尾市で実施していた先進的
事業「高齢者、障害者、子供の共生型サービ
ス事業」があり、これを社会福祉法人が認知
症カフェの開設にあてたことがはじまりで
あった。

平成27年9月「おれんちのカフェ」スター
ト。荒尾市では、これまで高齢者サロンのよう
なものはいくつかあったが、専門的機能を有
した認知症カフェはそれまで存在していな
かった。会場は、この社会福祉法人が所有し
ている民家であり、そのリフォームを行いカ
フェとして活用することになった。

この社会福祉法人は、以前から地域のボラ
ンティア団体とのかかわりが深く、7つの住民
ボランティア団体が施設内に出入りしてい
た。その中で認知症に関する住民・ボラン
ティア向けの研修会を定期的で開催し、関わ
りのあるボランティアの人たちの認知症に関
する理解が深まり、そのことが活動に生かさ
れるように支援を行ってきた経緯がある。ま
た公益性のある社会福祉法人の地域貢献の
一つとして、地域住民のニーズの把握を行
いながら、荒尾市行政の協力の下、福祉認知症
問題連絡協議会（民生委員、行政委員、地区
委員などのネットワーク）、認知症地域見守り
ネットワーク、認知症サポーターの組織を一



緒に作ってきた。そして住民から、地域の中に
認知症の人の居場所を作りたいとの声が上が
ったことで、認知症カフェを開設することと
なった。

こうしたメンバーに運営補助がはじまる1
年ほど前から、認知症カフェについての理解
と協力を得るための説明をこの社会福祉法
人が行ってきた。そもそもこれらの団体は、
以前から高齢者居宅訪問活動などを実施し、
これまでも地域の高齢者問題に関心も高く、
継続した活動が行えていたため、認知症カ
フェについては理解も早かった。

荒尾市の認知症カフェの一例

Case

Case 認知症カフェ「おれんちのカフェ」

食事代は500円設定(月1回)。食中毒に注意しながら、ボランティアの得意部分を活用する。

開催頻度	週1回(毎週木曜日) 10:00~13:00、出入り自由
参加者	毎回平均15人~20人 (家族や地域の人10人程度、認知症の人5人程度、専門職のスタッフ数3人)
内容	茶菓の提供、認知症の人および家族、地域住民へのスペースの提供 レクリエーションの提供、相談支援
運営	地域住民ボランティア2人が中心でその他4人のボランティアで 主な運営を担っている。行政は広報活動と経済的支援。 専門職は、コーディネーターであり個別相談や専門的支援を担う。
目的	住み慣れた地域で安心して生活できるような地域資源づくり 認知症の人と家族の負担軽減

2 認知症カフェの支援方法

荒尾市が先進的事業「高齢者、障害者、子供の共生型サービス事業」にて、認知症カフェのスタート資金 2,815,000円(給料、報酬、需用費、備品購入費、委託料、工事請負費)を助成した。

継続支援として:1回1万円(2人分の人件費)を助成している。

認知症カフェは週1回と荒尾市からの補助

要件として定められている。認知症カフェの時間内で行われる内容については、これも同じく介護予防に関することを行うことと定められているためにレクリエーションなども行う。また、運営は基本的に住民ボランティアに任せられており、専門職は助言と企画と一緒に携わるようにしている。

4 「認とも」の はじめの一步

1 研修を開催し認知症サポーター活用する

平成25年頃から認知症サポーターを対象としたステップアップ講座、「認知症サポートリーダー養成講座」を、同法人がこの施設のある地域の公民館で実施してきた。そこに参加していた、公民館長やボランティアのリーダーが中心となってカフェの運営を担ってくれている。

認知症サポートリーダーの役割は、カフェコーナーの給仕、本日の予定の案内、アクティビティ始まりと終わりの案内、カフェ開催

の案内、車での送迎をボランティア同士で任意で実施する(専門職は行わない)ことである。

※ルールとしては個人情報の取り扱い、食品の安全管理程度で、認知症の人への関わり方などはその都度専門職が助言している。ボランティアにかかわる人は全員認知症サポーター養成講座を受講済みのため、基本的な認知症の知識はある。研修内容は以下のとおりである。

認知症サポートリーダー養成講座(全4回)

- 平成24年11月20日
オリエンテーション
- 平成24年12月8日
第1回 「認知症の医学的理解」
講 師 鴻江病院理事長
- 平成25年1月15日
第2回 「認知症高齢者の原因疾患別アプローチとケアの在り方」
講 師 介護老人福祉施設白寿園施設長
- 平成25年2月12日
第3回 「若年性認知症の妻を介護して思うこと」
講 師 認知症の人と家族の会
- 平成25年3月5日
第4回 「地域で認知症の人と家族を支えるために私たちにできること」
講 師 たまな散歩道理事長

時間は講座によって異なり、60分～120分間で実施された。

※新生区では県の「認知症サポーター活動活性化事業」の補助金認可を受けて、平成24年12月8日～平成25年3月5日まで計4回の認知症サポートリーダー養成講座を開催。

2 どのような人が 地域住民ボランティアなのか？

公民館長とボランティアリーダーの2人。
公民館長は元国鉄（現JR）職員で、退職後介護施設でも働いたことがある方である。カフェの運営に携わるのはだいたい5人～6人程度。



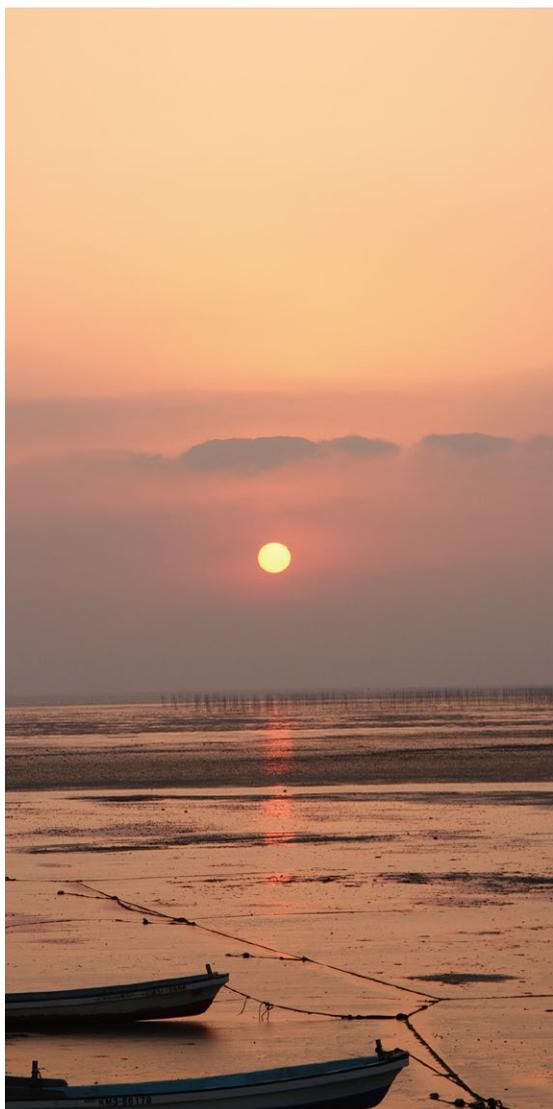
3 閉じこもりの方が 認知症カフェ利用につながった

要介護認定を受けているもののサービス利用していない地域住民がいた。その方は家族から「カフェに行こう」と言われ、「カフェだったらいいかも」と誘いに乗り、これをきっかけにデイサービス利用につながり外出機会が増えていった。地域住民ボランティアは普段から気になる人に声をかけをし参加を促したりもしているので、常連さんと参加者がうまく融合しているようだ。

地域の方に周知するために地域住民ボランティアの方が、参加月のプログラムを回覧板に添付し地域にPRをしている。また、普段参加していた常連さんが、その日参加していなかった場合がある。その際は、専門職のスタッフが電話をすることもあり、もしも電話に出ない場合には、安否確認をかねて自宅訪問を行うこともある。この辺りは決まりではなくゆるやかなルールと配慮である。

5 連携している団体

社会福祉法人杏風会、見守りネットワーク（福祉認知症連絡協議会）、初期集中支援チーム（荒尾市には医療系・福祉系の2か所）、地域包括支援センターは、荒尾市は直営1か所で認知症カフェの運営にも関わっている。



6 現在の課題とこれから

専門職スタッフとしては、ボランティアが一生懸命になりすぎて負担になってきているのではないかと懸念している。専門職は、活動のコントロールと全体のバランス維持のための介入が大切である。

認知症カフェで行われるアクティビティは、その日の参加者から意見をもらって進めているが、今後は、参加者が運営に携わる方向性も検討している。現在は、認知症カフェ開催において、参加者が多くなりすぎてしまうこともあり部屋の数不足するときもある。そのため開催場所を増やすことも検討しているところ。また、地域の中には、認知症カフェの「認知症」という名称に抵抗を感じる人もおり、現在では「認知症」は伏せ看板も「認知症」は外している。

7 取組はじめの ワンポイントアドバイス

認知症カフェの運営には、行政からの協力、連携は欠かせないと感じている。なぜならそれにより認知症カフェの安心感が増すため、参加者が集まりやすい。それにより、初期集中支援チームと連携もできており専門性と認知症施策をつなぐ有機的なカフェになっていくと感じている。例えば、カフェに参加している人が初期集中支援チームにつながったり、初期集中支援チームの対象者がカフェに参加したりという相互の方向性が一致する事例が多数ある。

ネットワークが大切。既存のボランティア団体を認知症サポーター養成、リーダー養成を機会に積極的につなげていくことで地域ネットワークが形成されているものと考え

られる。

地域に対して専門職は、認知症を正しく理解するための機会を提供し続けることが大切である。例えば、地域住民向けの講演会や事例発表、専門医による研修である。地域に向けて啓発（早期発見、早期治療）し少しでも興味を持ってもらうことから始めなければならない。

荒尾市の場合、市が広報活動に関わり、地域の人にカフェの説明、認知症への理解を進めることで地域は少しずつ変わりはじめたように感じている。また、地域住民やボランティアがカフェを通じて認知症の人と実際にかかわることで、認知症に対する理解や対応の仕方についてなど学ぶことが多い。

（文責：認知症介護研究・研修仙台センター）



Case6

傾聴ボランティアがつくる
認知症カフェと居宅訪問活動

熊本県 錦町

(錦町健康保険課)

人 口	11,046人
高齢者人口	3,226人
高齢化率	29.2%(2016年9月1日)
面 積	85.04km ² (人口密度125人/km ²)
日常生活圏域数	1圏域
地域包括支援センター	直営 1か所
認知症地域支援推進員数	1人
認知症サポーター数	1,977人(延べ人数)
把握認知症カフェの数	1か所

1 錦町の地域特性

錦町は総面積85.0km²、その58%は山林で、南部山岳地帯(標高1,000m)より北に向かって傾斜しており、町内中心部は標高157.37mに位置している。熊本県の南端部に位置しており宮崎県に隣接。球磨川が東西に流れ山間部にはあまり居住しておらず、平坦部の居住が多い。産業は、梨、桃などのフルーツをはじめとした果実生産と農業、また半導体などの工場も多くある。その影響もあり人口はここ30年間大きな変動もなく特殊出生率も2.08と高い。



2 錦町の認知症高齢者支援等の背景や課題

錦町における認知症高齢者数は現在350人(認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上)となっているが、この人数は要介護認定を受けている方の状況から把握したものであり、認定を受けていない認知症高齢者を含めると、さらに増えるものと予想される。近年の状況として、認定を受ける80%以上の方が認知症の症状があり、申請に至る要因についても認知症関係での相談が増加傾向にある。

錦町では、これら認知症施策として右記の事業を行っている。

- もの忘れ相談(2か月に1回)
- 地域医療疾患センターによる在宅での相談(月1回)
- 認知症サポーター養成講座
- 認知症徘徊者捜索声かけ模擬訓練
- 認知症カフェ(週1回)
- 出張カフェ(月1回)
- 家族介護者の集い(月1回、認知症カフェと同時開催)
- 傾聴ボランティアによる訪問
- 高齢者見守りネットワーク
- SOSキーホルダー

しかしながら、地域性があるのか「認知症について地域に知られたくない。」「自分たち家族でどうにかしよう。」という意識が強く、相談があったときには専門的な介護が必要な状態となっており、早期発見や地域の見守りにつながっていないことも多くある。未だに認知症に対する偏見がある中で、認知症についての啓発はとても重要に感じている。

3 錦町の認知症カフェ

はじまりから現在まで
～傾聴ボランティアの組織化

1 から認知症カフェまで

平成26年3月1日社会福祉協議会が実施する「認知症サポーター傾聴ボランティアスキルアップ研修」修了者を中心に傾聴ボランティア「和み」が組織化された。結成後は、認知症サポーターステップアップ講座を受講、その後災害ボランティア養成講座、ゲートキーパー養成講座受講など毎月のようにスキルアップのための研修や他町の傾聴ボランティアとの交流を重ねた。

「認知症サポーター」でもあったメンバー達は、地元球磨郡で開催された合同の「認知症サポーターin球磨ステップアップ研修」を受講しその際に認知症カフェについて知ることになる。自分たちでもやってみたいという思いから熊本県の助成を受けて企画の具現化に向けて動き出した。

傾聴ボランティア「和み」結成から半年後（平成26年9月）、「認知症サポーターin球磨ステップアップ研修」で知った同県菊陽町に

ある「認知症カフェみちくさ」を見学に行くことになる。その活動に強い感銘を受け、自分たちでもやってみようという意思がさらに確固たるものになった。錦町や地域包括支援センターの協力もあり、町の施設である介護予防事業で整備した「ゆうゆう館」の無償利用が可能となり、メンバーで場所・看板など準備を進め、ボランティアグループ結成から8か月後、他地域の認知症カフェ見学から2か月後の11月に「お茶処和み」をスタートさせることになった。

～出張カフェの開催へ～

平成27年1月には特別養護老人ホーム錦寿豊苑での傾聴活動を開始した。平成27年2月からは地域包括支援センターと連携し個別居宅訪問を開始する。平成28年8月には、訪問活動先であった錦寿豊苑にて利用者だけでなくその近隣の住民を対象にしたサテライト形式の認知症カフェである出張（認知症）カフェをスタート（月1回）した。

このサテライト型のカフェについては、課題となっていた送迎について、地域の方の希望があれば開催場所である錦寿豊苑が送迎を行うことが可能となった。

2 認知症カフェの支援方法

平成26年に熊本県からの10万円の設立支援助成金を活用した。これは、錦町が情報を傾聴ボランティア「和み」に提供したものである。助成金の使途は自由であり、テーブルやコップ、コーヒーマーカーなどに活用された。

町からの支援は、介護予防事業で使用していた「ゆうゆう館」の無料貸出しのほか、地域包括支援センターや行政がチラシを作成したり広報誌や町内放送にて一般町民向けに周知を担っている部分もある。孤立している高齢者や訪問活動を希望する高齢者の情報提供を行うこともある。

お茶処和みの概要

Case

Case お茶処和み

開催頻度 毎週火曜日
11:00~14:00

参加者
平均15人
(スタッフ5人 地域住民7人
家族1人 当事者2人)

参加費用 1家族100円

内容
特にプログラムは準備されていない

開始 平成26年11月11日



4 「認とも」の はじめの一步

1 傾聴ボランティアの組織化

平成22年～平成25年まで社会福祉協議会主催で開催された認知症傾聴ボランティア研修の修了者が結成し活動を始めることになった。平成25年当時のメンバーは10人であった。活動は高齢者施設を訪問する訪問傾聴活動が中心であった。

平成26年3月に組織として立ち上げることになり、錦町傾聴ボランティア「和み」が設立された。設立時のメンバーは24人であった。

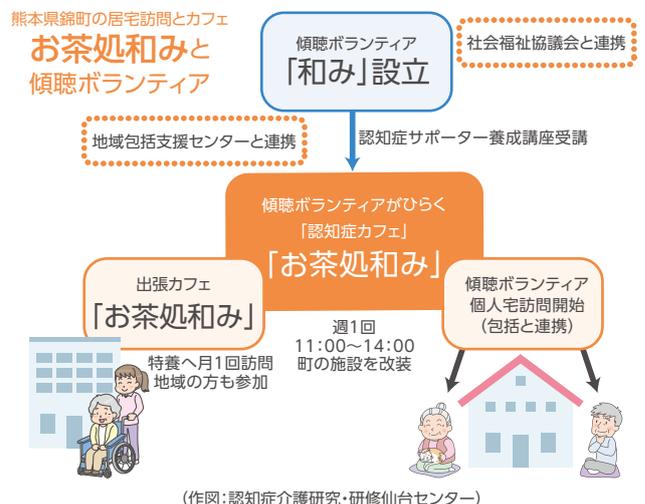
2 傾聴ボランティア「和み」の 活動目的

「和み」には、「錦町で認知症になってもいつまでも楽しく暮らしたい」と思う方々のために活動するという目標があり、毎月会議をして活動の内容について検討している。会員同士の前向きな意見を尊重し合い、反省点を受け入れ、一歩ずつ前進していくことを目的としており、会員間のチームワークづくりに大いに役立っている。

3 傾聴ボランティア「和み」の 居宅訪問の流れと役割

地域の見守り及び居宅訪問活動の居宅訪問は平成27年2月から始まった。訪問に際しては、地域包括支援センターが独居老人、認知症高齢者、負担の大きい家族などについて、情報提供をし連携を図りながら訪問を行っている。ルールとして訪問に際しては地域包括支援センターが本人、家族の同意をとるようにしている。

傾聴ボランティア「和み」は、認知症カフェ「お茶処和み」の運営と、出張カフェの運営。(地域特養から依頼があり月に一回特養で開催しているが、拠点は「お茶処和み」である。ここを拠点に活動は展開されている。)居宅訪問は原則2人で対応し、居宅訪問後の報告については、守秘義務もあるため、必要以上の報告はしないようにしている。あくまでボランティア活動であるがこのルールは守る。





4 どのような人が活動しているのか？

40代～60代24人が活動している。民生委員を兼ねている人は2人。概ね地元球磨郡出身で地域の人々が中心である。

5 傾聴ボランティア「和み」の養成カリキュラム

- 社会福祉協議会の主催する認知症傾聴ボランティア講座を受け、かつ認知症サポーター養成講座を受講する。講師は県立熊本大学の松下陽子先生(心理カウンセラー)で、1日2時間程度で3日間の研修を3年にわたり受講した。

平成23年度

第1回

- 1 高齢者・障がい者のこころの理解を深める
- 2 病気を抱える人の心の理解を深める

第2回

- 1 ライフサイクルの危機を理解し、それぞれのストレス対処法がどのようにストレス軽減につながっているかを理解する
- 2 高齢者の特性を踏まえた関わり方を理解する

第3回

- 1 家族への働きかけを前提に、支援する家族の機能や能力を理解し、家族支援に結びつける

平成24年度

第1回 傾聴について

- 1 傾聴とは何か
- 2 傾聴ができないとき・助言の難しさと限界
- 3 信頼を得るには
- 4 言語と非言語のかかわり
- 5 傾聴と支援
- 6 演習(感受性訓練)

第2回 苦しみに共感すること

- 1 喪失体験の理解
- 2 自殺を考える人
- 3 うつ病のこと
- 4 苦しみ・悲しみの共感
- 5 情報を与える・情報を得る(よい質問の仕方)
- 6 演習(聞き方練習)

第3回 生涯発達の視点に立った支援

- 1 赤ちゃんからお年寄りまで～心の発達と危機～
- 2 危機とストレス反応
- 3 演習(聞き方練習/事例を通して理解する)
- 4 訪問の仕方(かかわり続けるコツ)
- 5 ディスカッション(こんなときどうしたら?)

平成25年度

第1回 喪失体験と高齢者のこころ

- 1 悲しみを体験している人に接するとき
- 2 傾聴ボランティアのあり方
- 3 あなたにだったら話せると言われる相手になるには?
- 4 自分のクセに気付く
- 5 演習(聴き方練習/感受性訓練)

第2回 生涯発達の視点に立った支援(こころの発達)

- 1 言語的コミュニケーション
- 2 非言語的コミュニケーション
- 3 共感すること
- 4 質問してみること
- 5 演習(聴き方練習)

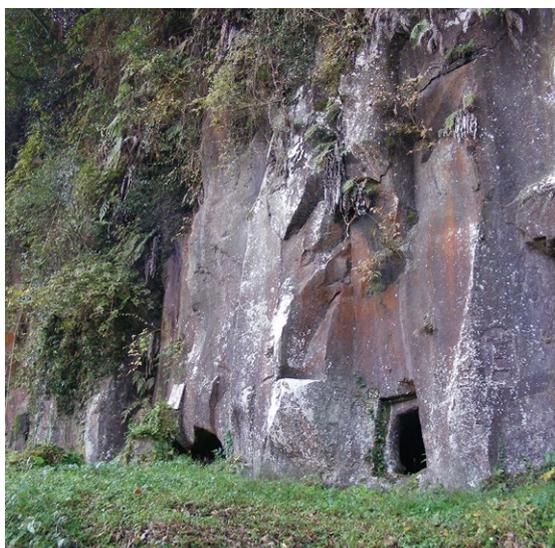
第3回 「聴く」ことからすべてが始まる

- 1 何を問題にするか?何を聴くか?
- 2 危機とストレス反応
- 3 社会資源の活用法
- 4 訪問の仕方
- 5 ディスカッション(こんなときどうしたら?)
- 6 演習(聴き方練習)

その他の研修として災害ボランティア養成講座、ゲートキーパー養成講座、認知症サポーターステップアップ講座など町や県、社会福祉協議会が主催する研修を受講しスキルアップを図っている。

5 連携している団体

錦町、地域包括支援センター、錦町社会福祉協議会など



6 いまの課題とこれから

新たなメンバーの確保は一つの課題で、昨年社会福祉協議会で傾聴ボランティア研修を開催したが新たなメンバーの獲得には至っていない。

認知症カフェの利用者をもう少し増やしていきたい。町内の移動を考えるともう一箇所カフェが必要ではないかと考えており、そのためにもメンバー増員は課題（平成29年4月に1か所サテライト型カフェをオープンする予定）。

送迎についてはジレンマを抱えている。参加者同士乗り合わせてくる場合もあるがそれは問題ない。ただし、カフェに送迎をしてほしいといわれるとお断りをし、送迎ができる特養の出張カフェに参加されるように促している。

7 取組はじめの ワンポイントアドバイス

傾聴ボランティアメンバーは、他のメンバーの思いをすこしずつ形にすればよいと思っており、「理想の形」を皆で共有しそれに向けて活動することが大事ではないだろうか。共有するために気をつけていることは、毎月会議を実施し、会議ではメンバーそれぞれ個人ができることを言葉にすること。

町や地域包括支援センターの考えと、団体

の考えとのタイミングがあうことが大切。ボランティア団体だけの思いだけでは難しいと感じる部分を自治体が支えている。今回は、自治体が考える新オレンジプランの目指す方向と住民の思いが一致した。住民だけでは難しい部分を自治体が補い考えていくという協働が大切だと思う。また、損得を考える人はこうした活動には向かないね。と笑っていた。

8 取組の上で 大切な事

錦町のスタートは珍しい。傾聴ボランティア育成(社会福祉協議会主催)から始まり、次に認知症サポーター養成研修受講。その後、住民が自主的に組織化を図り地域活動を展開し、その延長線上で認知症カフェの設置にいたった事例である。つまり、社会福祉協議会が種をまき、住民がそれに応え自主的に動き、新オレンジプランの施策の目標と合致し行政や地域包括支援センターと協働でカフェや見守り活動が展開されていったのである。地域包括支援センター、自治体担当課、社会福祉協議会そして地域住民の連携によって生まれていることは特筆すべき点である。お互いの利害が一致した形態であり、居宅訪問活動まで展開されている先駆的事例である。



しかし、このように短期間でボランティアグループ結成から認知症カフェのオープンまでこぎ着けられたのも、メンバーの「『認知症だけではなく、病気、障がいがあっても、いつまでもこの町で楽しく暮らしたい。』と願う方々の期待に応えたい!』という強い思いと情熱があったからに他ならない。

(文責:認知症介護研究・研修仙台センター)

Case7

認知症の人や家族の「応援者」から「支援者」へ
認知症サポートリーダーの育成と活用

長崎県 長崎市

(長崎市高齢者すこやか支援課)

人 口	432,684人
高齢者人口	126,321人
高齢化率	29.2%
面 積	405.86km ² (人口密度1,060人/km ²)
日常生活圏域数	20圏域
地域包括支援センター	委託 20か所
認知症地域支援推進員数	1包括1人
認知症サポーター数	
2016年3月	31,693人
サポートリーダー	134人(各包括4~9人)
把握認知症カフェの数	
5か所+2か所(予算措置講じているもの5か所)	
2017年度12か所予定(プラス7か所)	

1 長崎市の地域特性

長崎市の形状は全国的に見ても数少ない「すり鉢」状となっているため「階段の街」「坂の街」として有名である。平成9年に中核市となり、平成17年、18年に隣接の7町と合併。平成22年の国勢調査による人口と比べ、5年間で14,122人減少し、全国の自治体で人口減少数が2番目に多い都市となった。また、長崎市の高齢化率は29.2%で、地域により高齢化率50%を超えているところもあり、少子高齢化が進んでいる。



2 長崎市の高齢者支援等の背景や課題

長崎市では、認知症地域支援推進員を20の地域包括支援センターすべてに配置し認知症施策の推進を図っている。認知症地域支援推進員が認知症施策の推進の中核を担っており、サポーター養成講座、初期集中支援チームのメンバー、地域ケア個別会議開催、認知症カフェの設置運営の事業を行っている。

認知症の理解促進や地域支援の活動を展開する中で課題であったのが、地域住民の中核となる人材の不足であった。つまり認知症地域支援推進員の住民版である。そこから、「認知症サポートリーダー」育成の発想が生まれた。

3 長崎市の 認知症カフェ

1 はじまりから現在まで

長崎市の事業として実施している認知症カフェは、平成27年度からモデル事業として地域包括支援センター（委託型）3か所に助成をし認知症カフェの設置がはじまった。助成額は年間10万円。このほかに助成事業ではなく、地域包括支援センターが自主的に2か所が27年度から開設された。

翌28年度になると助成先をさらに2か所増やし28年度時点で合計5か所の認知症カフェに助成を実施している（助成は5か所だが助成なしで実施はさらに2か所あり、開催箇所は7か所）。29年度には7か所加え合計12か所になる予定である。



2 認知症カフェの支援状況と内容

長崎市では、今後1包括に1か所の認知症カフェ設置、つまり20か所を目指している。

長崎市における認知症カフェの設置基準は、運営について認知症地域支援推進員が担うことだけが定められているのでそれぞれ特徴が異なる。現在認知症地域支援推進員は全20地域包括支援センターに各1人。基本的に1包括1か所の認知症カフェ設置の計画であるが交通の便の悪い地域もあることから、地域によっては2か所開設を検討している。

長崎市のカフェ推進および支援の詳細

長崎市においては助成(年間10万円:すべて材料など事業費)をしているカフェのみ一応公認の認知症カフェである。これらの認知症カフェは、長崎市のホームページならびに一覧に掲載されている(<http://www.city.nagasaki.lg.jp/fukushi/430000/439000/p026506.html>)。助成先の選定は、現在のところ公募ではなく、地域包括支援センターが対象で実施希望があり実施可能なところから助成を行っている。地域包括支援センターだけではなく、いくつかの医療法人などで、施設内で認知症カフェを開催しているところもあり、助成をして

いない認知症カフェもいくつかあるようだが特に届け出をしてもらっていないので詳細は把握していない。

認知症カフェについては内容や運営方法について基準は設けていない。概ね90分～120分の開催であるが、開催時間は自由である。今年1月から10:00～14:00までの開催を検討しているところがあり、そこでは持参した弁当などを食べられるようにする予定である。会場の定めも無く、現在多くは公民館等であり会場料は無料である。すべてのカフェの参加費は無料である。

長崎市の認知症カフェの一例

Case

Case1 ぼかぼかカフェ

日 時 第3水曜日
13:00～15:00

場 所 長崎シビックホール
多世代交流を行っており
子どもとふれあえることが特徴

参加者 全体30人～40人
(認知症の人3～4人程度)

多くの人が公共交通機関や徒歩で参加する。

Case2 なるたきカフェ

日 時 第1木曜日
10:00～12:00

場 所 鳴滝町西部公民館

参加者 全体10人～20人程度
(2～3人が認知症の人)

毎回15分度の認知症についてのミニ講話を開催している。

4 「認とも」の はじめの一歩

1 認知症サポートリーダーの 育成に至った経緯と背景

平成24年度、認知症サポートリーダー養成開始。

他の地域を参考にしたのではなく、認知症サポーターの「何かしたい」の声や、養成後の具体的な地域活動の必要性から「認知症サポートリーダー」養成に至った。

養成にあたっては、地域包括支援センターと共に、その地域の在宅生活を支援する活動を展開することから、地域包括支援センターがその地域ですでに活動している住民を数名推薦し「認知症サポートリーダー養成研修」を受講してもらう。

当初の活動は、地域ですでに実施されていたサロン、地域支援事業による家族交流会、運営推進会議などの活動が中心であった。こうした活動を積み重ね、平成27年から家族交流会等が発展して始まった認知症カフェの運営や地域への広報活動へと広がり始めた。

なお、長崎市ではサポーターフォローアップ研修は実施しておらず、この「認知症サポートリーダー」はキャラバン・メイトのような講師役ではないが、サポーター養成講座の開催の手伝いなども担っている。



2 認知症サポートリーダーの目的

認知症サポートリーダーは、認知症やその家族に対する「応援者」から、実際に在宅生活を支えていく「支援者」となって活動を行う（長崎市作成資料より）。サポートリーダーは、地域包括支援センターと共に認知症になっても住み慣れた地域にいつまでも暮らせるような街づくりに貢献することが目的である。

3 認知症サポートリーダーの 役割は何？

役割はいくつかあり、認知症施策推進の住民リーダーのような役割がある。例えば、サポーター養成講座の手伝い（養成講座運営やサポーター養成のための寸劇など）、認知症カフェや地域の高齢者サロン、家族交流会の手伝いなどを認知症地域支援推進員や地域包括支援センター職員と一緒にしている。

また、運営推進会議への参加、市主催のネットワーク構築事業への参加や家族会の参加などもある。なお、基本的には、活動を紹介したり依頼したりする際にはその地域の地域包括支援センターから依頼をする流れになっている。

4 認知症サポートリーダーは 誰がなるのか？

対象となるのは、認知症サポーター養成講座受講済みの民生委員、町内会役員、介護ボランティア等で、各地域包括支援センター職員から推薦のあった方。5年間で135人養成。平成28年は15人。概ね1年で各包括1人～2人選出されている。年齢は40代から75歳まで様々で、一応引退は75歳を目安にしている。

市の高齢者関連イベントなどでお手伝いをしてもらうこともあり、平成28年度は市が開催した介護の日イベントにおいて模擬認知症カフェのイベント手伝いも担っていた。

認知症サポートリーダーになるための条件としては、そもそも地域に密着した人であること。そうでなければ地域の活動への参加は難しく、これまで見えなかった、形になっていなかったインフォーマルなつながりを、少し形にしていく活動でもある。



5 養成カリキュラムの内容

認知症サポートリーダー研修の開催は、1年に1回である。修了者には、おそろいの黄色いジャンパーが支給され修了証書も授与されている。修了者の名簿は長崎市が管理しているが、地域包括支援センター職員は管轄する地域の方なので直接連絡を取れるようになっている。なお、受講生の選出には、これまで地域の活動に積極的に関与している方を選出するようにしており、そのためその後の活動も比較的継続し順調に進んでいるとのこと。

さらに継続研修として、毎年1回現任者研修も開催している。講話と意見交換会を実施する2時間程度の研修である。

認知症 サポートリーダー養成研修の カリキュラム

時間 13:00～16:00
(施設見学は施設の都合で変更)

回数	内容
1	認知症の基礎知識、 長崎市の認知症の取り組み
2	認知症の人への接し方
3	施設見学(対応方法を学ぶ)
4	サポートリーダーの役割

5 連携している団体

認知症の人と家族の会、医師会、地域包括支援センター、これらの団体は養成研修の講師にもなる。



6 今の課題とこれから

居宅訪問については認知症サポートリーダーの役割として明記していないものの、市や地域包括支援センターが依頼をしなくても住民が自主的に行っている場合もある。居宅訪問を役割として明記するかどうかは今後検討していきたい。

現在毎年「認知症サポートリーダー養成講座」を行っているが、毎回次の担い手となる受講者を探すことに苦労している。また、若手を養成する必要もあるが活動そのものが平日の活動が多いために悩ましいところでもある。居宅訪問や新たな認知症カフェ等の活動の場を開拓することも一考である。まだまだ活動の場があると思うのでこれらを創出していく必要がある。

7 取組はじめの ワンポイントアドバイス

地域活動できる人を地域包括支援センターがつかんでくるのが前提であり、認知症サポートリーダーは公募制ではなく推薦制である。地域包括支援センターが地域性を熟知していないと人選が難しくなってしまうので、日ごろから人材育成、発掘を行っている。

地域住民はボランティアポイント制度を利用しており、これを楽しみに活動してくれている方もいるため、他の制度や既存の活動との結びつきを考えていくことも大切である。



8 取組の上で大切な事

- 認知症をより深く理解すること

「認知症サポートリーダー」は認知症の人と接する活動をするので、些細な一言で地域関係や人間関係、また援助関係を崩してしまう恐れもある。そのことから言葉使い一つ一つも意識していく必要がある。そのために研修を継続的に行うことが大切である。

- リーダーをサポートする人の存在

選出されたサポートリーダーの負担が大きくなるために、増やしていくことが大切。

その他、事業推進の上で大切な事。カフェだけでなく活躍の場を考えて行かなければならないと思う。

(文責: 認知症介護研究・研修仙台センター)

平成28年度老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業)
認知症カフェの実態に関する調査研究事業 成果物冊子

認知症カフェの活用と“認とも”はじめの一步事例集

平成29年3月発刊

発行所 社会福祉法人東北福祉会

認知症介護研究・研修仙台センター

センター長 加藤伸司

住 所 〒989-3201 仙台市青葉区国見ヶ丘6丁目149-1

TEL 022-303-7550 FAX022-303-7565

印 刷 株式会社ホクトコーポレーション

〒989-3124 仙台市青葉区上愛子字堀切1-13

本冊子に掲載されている内容については、認知症介護研究・研修仙台センターがヒアリング調査を行い同意を得て独自に編集を行ったものです。平成28年度ヒアリング調査実施時点の現状であり、現在とは異なる部分がございます。

