

「 す い し ん い ん オ ン ラ イ ン セ ッ シ ョ ン 」 Q&A

第2回ウェビナー（11月25日）で寄せられた質問への報告者の回答&パネリストからの関連情報

報告テーマ：コロナ禍でこそ、つながろう、つなげよう

報告：北海道千歳市 認知症地域支援推進員 吉田 肇 さん 千歳市北区地域包括支援センター
作田 直人 さん 医療法人資生会 千歳病院認知症医療センター

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）	
0-1. 千歳市の基本情報について	1	認知症に特化した会議体はどのようなものがありますか？	認知症に特化したものはないが、認知症に関連しているものであれば、介護・認知症予防ネットワーク会議（+コアメンバー会議）、各包括センター長（介護予防センター、在宅医療・介護連携支援センター含む）会議、認知症初期集中支援チーム員会議 など	
	2	千歳市には推進員さんが何名いらっしゃるのですか？	2名（包括、疾患医療センター各1名。共に兼務）です。	
	3	包括、病院職員等様々な方が推進員として活動されているようですが、どんな方が推進員になっていらっしゃるのですか？	吉田：地域包括支援センター（社会福祉士、ケアマネージャー） 作田：認知症疾患医療センター（精神保健福祉士）、認知症初期集中支援チーム、若年性認知症支援コーディネーター	
	4	動画の中で『介護予防センター』が出てきていますが、どんな役割なのですか？	包括の介護予防支援事業に特化したセンターで、作業療法士が配置されています。また、認知症サポーター養成講座事務局も兼ねています。	
	5	千歳市推進員のお二人は日頃どのように関わり・やり取りをしているのか。	業務上は包括職員と認知症疾患医療センター・初期集中支援チームとして普段から相互に連携を図っています。 また普段から連絡（電話、LINE、メール等）や、互いの職場に顔を出すなど、やり取りは密に行っています。	
	6	石狩管内（近隣市町村）に推進員は何人いて、日頃はどうに関わっているか、関わり合いはあるか。	管内の他の市町村は恵庭市2名、北広島市2名、江別市3名、石狩市3名、当別町1名、新篠津村1名となっています。 恵庭市とは隣接しているため、合同のイベントを開催するなど、連携を図っています。他の市町村も相談やイベントの案内等で連絡を取り合っています。今回のオンラインでの会議を通して今まで以上に互いに相談しやすくなったのではないかと感じています。 知りたい事、相談したい事があると互いに電話やメールをし合う関係性はあります。	
1. リモート会議について	7	オンラインについてどのような活用をしたのか教えて欲しいです。	・在宅医療介護連携支援センターが中心となり、最初はLineを活用し、市内の関係機関から意見を聞いていた。当初10数名が参加していた。 そこからZOOMを活用した専門職向けのコロナ研修（クラスターが起きた施設の実情、感染者が出た場合の対応、職員のストレス対策など）を開催しようという意見が出て、推進員もその運営委員の一員となって動きました。	・関係者間でのZOOM活用は上手くやれている。（恵那市）
	8	会議の進行や、実施後の情報共有はどのように行ったのか。	会議を行うにあたり、千歳市から各市町村と振興局に電話で開催を持ち掛けました。振興局担当は新型コロナへの対応もあり参加出来ませんでした。動画の通り開催することが出来ました。進行は発案者の千歳市が行いました。会議後、それぞれの連絡先が共有できたことで、相互に連絡の取りやすい体制構築が出来たのではないかと感じています。 会議で出した内容は、文章にまとめ直して管内全推進員に配布しました。	
	9	リモート会議の実施は、具体的にはどのような人と連携したのか。	・集まったの会議が難しくなり、どのように連携をとっていくかとなった時に、テレビ会議Zoomを導入した。ChatWorkについては、介護医療連携の会で使っていた。 ・Zoomを使用開始した当初、有料会員にするべきか検討し、今後コロナ感染が落ち着かないとなると、研修等もリモートに移行することを考えて、有料会員で契約した。	
	10	当地域ではオレンジカフェの開催がやっと軌道にのり始め、定期開催に向けて動いていた最中のコロナ禍です。まさに、コロナ禍でも行えるオレンジカフェの方式を模索中です。リモートの活用に当たってのより具体的な方策をご教授いただければと思います。	千歳市ではカフェは家族会を中心とした有志と推進員で開催しています。ボランティアで行っていることもあり、現在のコロナ禍では無理をせず休止の方向となっています。 千歳市内ではパソコンやスマホにうとい高齢者が多い様子でリモートで行えるような参加者はいません。コロナのせいで、そもそも教えながら参加してもらうような事は難しい状態です。	・9月認知症カフェに参加された方々に、オンラインでのカフェ開催について、出来るかどうかアンケートをした。「そんなのはやりたくない」という反応が多かった。いまのところは、出会うようにパーティーションを使用し、カフェを開催している。（恵那市） ・広島のとある市では、通信会社との包括協定を結んで、その中でZOOMのやり方をみんなでやっていながら、カフェの運営を進めていくという話があった。そういったことをヒントにしたい。（恵那市）

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）
	11 Webセミナーやミニ講座について、どのように広報活動をしたか、実施しての反応(利用数等)、高齢者の参加状況を教えてください。	Webセミナーは専門職向けで開催しました。広報は千歳市在宅医療・介護連携支援センターから各医療機関、介護事業所へメールで周知を行いました。参加者は延べ150名（アカウント）程度でした。その後、リモートでのケアカフェも行い、そちらは16名（アカウント）の参加でした。 ミニ講座は市広報、コミュニティ誌、社協HP、推進員Facebookで周知し、YouTubeにあげましたが視聴数が伸びず、DVDにして配布および介護予防サロン等で上映する方法に切り替えました。DVDは市民を対象に200枚以上配布しています。	
	12 石狩管内で実施した後、参集範囲を広げたり、定期的にもリモート会議を活用するようになったのか。	参集範囲を広げるかについては未定です。開催頻度は現状半年に1回程度を予定しています。	
	13 Webでのつながりについて、推進員以外の他所へのつながりなど、何か展開がありましたら教えてください。	推進員が直接的に他所とつながる展開はありませんが、介護予防センターや在宅医療介護連携支援センターなどを通してつながりが広がってきています。	
1. リモート会議について	14 推進員同士以外の会議はどのような開催状況ですか？愛知県も4月の第1波の際に厳重警戒宣言が出され、居宅介護支援事業所や医療機関にリモートで呼びかけましたが、環境面や不慣れだという理由で参加する事業所としない事業所で二極化してしまいました。苦手意識や受け入れしてもらやすい工夫があれば教えてください。現在愛知県は感染防止対策をして、少人数の会議は開催しているので、必要度も影響していると思いますが。	チーム員会議は第1波の際は3ヵ月程中止となりました。現在は集合型で開催しています。 介護・認知症予防ネットワーク会議は感染状況を見ながら集合型・リモート型を使い分けています。 千歳市でもリモートに対する苦手意識が強い方は一定数います。受け入れやすい工夫は研修会等の案内にリモートの使用方法も一緒に添付するなどありますが、やはりとにかく回数をこなす事だと思います。	・認知症コーディネーター会議をリモート（GoogleMeet s）で毎月行っている。コロナ禍でも出来る活動を各自報告して、アイデアを出し合っている（御坊市） ・釧路は毎月1回推進員が集まって会議を行っている。まだ、Wi-Fi環境が整っていないので、新型コロナに感染していないという前提で、今に至るまで集まって開催している。（釧路市）
	15 石狩管内の推進員さんは行政職・委託等のような配置でしょうか？当市では行政は事務局、推進員は市内事業所委託ですが、情報セキュリティの観点からオンライン認サボ等の機材整備等が難しいという事務局の声も伺っております。また市内事業所も環境整備具合が一律ではなく、推進員同士もリモート会議等に踏み出せない状況です。	北広島市行政職員1名、当別町・新篠津村それぞれ直営包括に1名。 石狩市居宅介護支援事業所管理者に1名（委託）、千歳市認知症疾患医療センターに1名（委託）、それ以外の方は委託包括です。 推進員同士はWi-Fi環境にもよりますが、スマホがあればZOOMでリモート会議が出来るので、まず開催してみたいかがでしょう。	
	16 ネットに強い推進員がおらず、勉強中。最低必要な備えや材料は何か。	必ずしも推進員が強い必要はなく、ネットに強い協力者を見つける事が手っ取り早いです。自分の事業所、法人内から探してみたいかがでしょう。 ※細かい事を挙げると、リモートに必要なパワーは・メモリ4GB・CPU2GHzくらいあれば大丈夫だと思いますが、入っているアプリによってはバックグラウンドで動いて邪魔するので、「できるだけ新しく」「あまりアプリやデータ（写真、音楽含む）の入っていないスマホかパソコン」くらいで考えると良さそうです。	
2. コロナ対策グループの発足	17 このグループは具体的にどんな職種が集まり、どんな内容を検討されていたのでしょうか。コロナ対策とあるので、つい、感染防止だけをイメージしてしまいますが、推進員はどんな意見を出し、どう展開されたのか教えていただきたいです。	複数のクラスターが起きて市内の介護事業所、医療機関がストップしかけていたので、感染防止はもちろんの事、感染対策物品の調達や代替品に関する情報収集、職員の融通など自治体がやるべきような内容を多岐に渡って検討しました。 推進員として認知症云々の話は特にしませんでした。今までの経験や状況を踏まえたうえで、千歳市で一緒に対応するべき仲間として様々に意見を出しました。	
3. 高齢者等へのネットの活用	18 【ネットを利用した取り組みについて】 ・SNSやネットの活用は高齢者には難しく、若い人が多いと想像される。認知症予防の動画等も作成されていたが、実際の活用状況はどうなっているのか。	・千歳の高齢者は、スマホやインターネットに対し拒否反応がある。広報やコミュニティ誌に載せ、社協ホームページで周知し、社協の生活支援コーディネーターの集まりでもビラを配ってもらったが、なかなか難しい。全く同じ内容のDVDだともてくれている。	・鳥取市では、今年度からZOOMを使って本人ミーティング実施を始めた。段々と慣れてくると、「あれもしたい」「これもしたい」ということが増えてきた。最初は、本人ミーティングに来られていた方がグループホームに入られてしまった。その時に、グループホームの職員に手伝ってもらい、本人ミーティングに参加できるということで、推進員が施設に話をし、グループホームにしながら本人ミーティングに参加することが出来た。（鳥取市） ・認知症当事者の方とZOOMを使った講演会をした。普段であれば、講演会場に特養の利用者が来れないが、ZOOMだと特養の職員と一緒に見てくださり、質疑応答の際に少しお話をすることが出来た。本人とチャレンジできる事が増えて、楽しく、ワクワクしてきている。（鳥取市）

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）
3. 高齢者等へのネットの活用	19 その後、高齢者の方にIT関係のツールの使い方等に関連することで何かの進展はありましたか？	・視聴者からの事前の情報提供があり、その考えがあったなど思った。情報提供をくださった方は、機関紙のようなものを定期的に出して、それを見てもらうという前提があるうえでQRコードを出している。いきなり何かするのではなくて、やはり土台作りが大切だと思っ	・コロナ感染症の影響で集まらないので、認知症の当事者と、演奏をしている動画を作ろうという話をしている。御坊市内だけの話だったが、認知症の本人ワーキンググループの方々から、「ぜひ参加したい」という当事者・支援者の方がでてきて、もっと参加者を広げられれば
	20 高齢者がネット環境を利用するための支援や環境整備について、何か取り組んでいることがありましたら教えてください。	た。 ・おうちdeけんこう百科の中に、「携帯を使うと認知症予防になる」という情報を載せていたつながりで、某大手通信会社〔S〕から、「なにか出来る事やりますよ」「高齢者向けの講座をやるよ」と介護予防センターに言ってくれていて、数回実施した。その後も、推進員ともコラボして、認知症になってもスマホさえ使えば、道が分からなくなっても大丈夫。自分が忘れてもリマインダーに入れておけば問題ないという話で持って行きたかったが、コロナ感染第3波の影響で中止になった。直営の通信会社だったら、協力してくれるかもしれない。	と思い、全国の推進員の皆さんを通じて参加したいという本人さんたちがいらっしゃれば、ぜひ、御坊市に連絡をいただければ参加方法を伝えます。（御坊市）
	21 ネット環境のない市民への普及啓発で、有効と感じたものはなにか。		
4. 資材について 内容、作り方、共同、周知、活用等	22 認知症地域支援推進員のスローガンはどのように決めましたか。すごくよかったです。	・企画などの言葉やキャッチフレーズはその場のノリで考える事が多い。テーマよりも先に内容を考えて、内容を考えた時にどうやってわかりやすく、キャッチーかを考えていると、ど	
	23 『おうちde健康百貨』や『頼まれてもいないの～』ネーミングセンスが良い。アイデアのもとになるものは何か。おうちde健康百貨はどのようなものに使用されているのか。	ここのテレビのスローガンやテレビ番組のタイトルのパクリだというように気づいた。 ・「頑張らない活動」も、岩手県の「頑張らない宣言岩手」というのを見て考えた。	
	24 当事者カフェ、おうちde健康百科、SOSネットワーク対応ハンドブックについて知りたいです。	資料等ありますので一度ご連絡ください。	
	25 SOSネットワーク対応ハンドブックの内容を知りたい。	千歳市社会福祉協議会のホームページから閲覧できます。	
	26 実際に作られたおうちde健康百科、SOSネットワーク対応ハンドブックはネット上などで見れたりしますか？ぜひ参考にらせていただきたいです。	SOSネットワーク対応ハンドブックは千歳市社会福祉協議会のホームページから閲覧できます。	
	27 動画やパンフレットを見せていただきたいです。	おうちdeけんこう百科についてはご連絡ください。 千歳市社会福祉協議会のホームページから閲覧できますが、ぜひ一度ご連絡下さい。	
	28 SOSネットワークの手引きの紹介で「声をかけること」についての説明が、「声をかけられる恐怖？」のように言われていたと思います。どのように市民に啓発されているのか、動画では分かりにくかったので、もう少し詳しく説明してほしい。	他の地域の推進員の話、検索模擬訓練で出た行方不明者役からの発言（たくさんの人に囲まると怖い）を基にしています。 単純に、声をかける人が「どうしよう」と思うのと同じで認知症の人も同じ人間なのだからいきなり声をかけられたら警戒するし怖いのは当然でしょう、認知症だからってそこについての認識能力が変わるわけではないですよ、と啓発の時に話しています。	御坊市でもよく道に迷う方がいて「迷ってるとき地域の人に声をかけてもらったら安心ですか？」ときいたら「そんなことされたらびっくりして余計に混乱する」と言われた。また、SOSネットワーク訓練を古くからやっている地域の担当者から聞いた話であるが、ずっと一緒に訓練をやってきた地域の中心の方々が認知症と診断され、引きこもってしまった。理由は「自分が声をかけられたり見守られる立場になると、外に出づらい」ということであった。今まで、認知症の人が安心して出かけられるようにと思って取り組んできたことが、そういう本人の思いを知って「今までやってきた訓練をまたイチから立て直さないといけない」と話していた。SOSネットワークの構築する際も、やはり本人の声を中心に考えていかないといけない。（御坊市）
29 冊子作成を進めていく際、詳しい人をお願いしたとのことだが、誰とどのようにつくったか。	・リハビリ専門職から協力を得て作成した。 介護予防センター（OT、社会福祉士）、医療機関（ST）、リハビリ系大学（OT（教授））等に教えてもらいました。また、ネットで見つけた有益そうな情報を、著作権元に連絡して許諾を得て掲載しています。		
30 介護予防ミニ講座の動画作成など、作成等に詳しい方は身近な方(包括内、推進員等)でいらっしゃったのか、専門の方に依頼されたのかをお尋ねしたいです。	介護予防センターに1名と推進員1名に詳しい方がいました。専門の人をお願いするような費用と時間はなかったのも…		
31 ②シリーズ認知症の作成協力とありましたが、こちらは元々、介護予防動画を発信していた中に認知症シリーズを取り込んでもらったと言った形でしょうか。どのように協力を働きかけ、また具体的にどのような協力をされたのか教えてください。	・普段仕事をしている時に、言葉の使い方が上手な人に、わかりやすいタイトルがないか聞くこともある。		
32 動画は元々作られていたものに新しくシリーズを加えた形になるのか。どこで連携して作成したのか。	元々認知症サポーター養成講座で使用していた資料を加筆修正したものを使用しました。 企画・編集：介護予防センター、スライド作成：推進員、ナレーション：生活支援コーディネーターの三者で協力しました。		

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）
4. 資材について 内容、作り方、共同、周知、活用等	33 【冊子（おうちde健康百科）について】 ・冊子を作成した後、どのように配布していったのか。	<p>・介護予防センターや在宅医療介護連携支援センター、各包括、社協の生活支援コーディネーターに配布を依頼した。</p> <p>・民生委員のところに、包括の職員やセンター長が行っていたので、そういった時に配布を依頼した。依頼したことで、町内会から「もっとない?」「もっと配りたい」と連絡をいただいた。</p> <p>他にも個別支援で関わったご家族が町内会役員や民生委員だったことから、それがきっかけで配布した地域もあります。</p>	
	34 紙媒体で作成した「おうちで健康百科」「SOSネットワーク対応ハンドブック」等は、集まり等がない中でどのように周知したのか。（配布方法や配布の対象者を教えて欲しいです。）		
	35 冊子や動画の周知は、どうやって進めたのですか？まずは、どういうツールがあるかを住民に知ってもらうことから苦労するかなと思いますが、千歳市でどのような工夫をしていますか？		
	36 冊子やSOSネットワーク対応ハンドブックはどのように市民と繋がる媒体として使用したか知りたいです。		
	37 作成したパンフレットなどは、どのように配布したのか。		
	38 パンフレットはどのような方に配布しましたか。		
	39 パンフレットの作成後、配布はどのように工夫されましたか。		
	40 ケアパス見直しを当事者を含めることについて、どのように行ったのか教えて下さい。	個別支援で関わった方たちから拾い上げた声や事例を元に、対応のQ&A（ケアパス改定版）を作成中です。	
	41 現在は、コロナ渦で当事者の声を直接聞いていないとのことでしたが、ケアパス作成時はどのようにして当事者のご意見を拾ったのでしょうか。具体を教えてくださいましたら幸いです。	個別支援で関わった方たちから拾い上げた声や事例を元に、対応のQ&A（ケアパス改訂版）を作成中です。 最初のケアパスは、当事者の意見は入っていません。認知症はどのようなものか、認知症になった場合はどうしたら良いか、の内容で2ヶ月ほどの突貫で作成したので。	
	42 動画内で認知症地域支援推進員活動事例集のお話がありました。全国の支援員に配布されたのでしょうか？またどこに問い合わせたら頂けるのでしょうか？教えてくださいましたら幸いです。	DCネットで閲覧できます。また、各自治体の推進員担当に配布されているはずなので、役所に聞いてみると良いと思います。	・基本的には配布をしていません。認知症介護研究・研修センターのホームページ【DCネット】に掲載されていますので、ホームページからご覧ください。（認知症介護研究・研修東京センター）
5. 展示会について	43 「作品展示する場がない」という市民の声は、どのようにして推進員のところへ届いてきたのか。	介護予防センターが拾い上げて教えてくれました。	
	44 クラスタも発生している状況でのイベント開催に対して、地域（福祉施設、医療機関等）からの反対意見はなかったのか。	介護予防事業であることと、委託先である社会福祉協議会の計画であるため、特に反対意見はなかったそうです。	
	45 展示会の開催決定や決裁はどのように進んでいったのか。	介護予防センターの委託先である社会福祉協議会が決裁して進めて行ったそうです。	
	46 イベント開催にあたり、保健所との相談や連携は行っていたのか。	特に保健所との連携はなかったそうです。保健所はクラスター後の対応や道に保健師が呼ばれていた関係で、こちらに関わる余裕は皆無です。	
	47 展示会の周知はどの程度されたのか。出品された方には認知症本人もいるのか。	ボランティアに案内を郵送、無料広報誌や市内の人が集まる所にポスター掲載して周知。認知症本人の方が出品されたかは厳密には把握していませんが、認知症が疑われるような方も元気に持ち込みしていたようです。	
	48 周知方法やチラシ等の配布先はどうしていたのか。	ボランティアに案内を郵送、無料広報誌や市内の人が集まる所にポスター掲載して周知しました。	
	49 展示会会場への作品の移動は推進員が協力したのですか？	作品の移動は介護予防センターが行っています。会場での設営や撤収はお手伝いしました。	
	50 ちとせdeコレクションは1ヵ所だけの会場で開催されたのですか？	千歳市の市民ギャラリー1ヵ所で4日間に分けて開催しました。	
	51 アマビエのうろこに見立てた付箋に来場者の声を書いてもらった取り組みについてですが、同様の取り組みを検討中です。付箋がはがれないように工夫をされたこと等ありますか？	特に工夫しなくてもはがれなかったそうです。 パネルはラクスルで購入した物を使用しています。	

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）
6. 連携・ネットワークについて	52 それぞれ詳しい人に頼ったとのことですが具体的にはどのような職種の人なのか教えてほしいです。	DCネットに掲載した資料をご参照ください。	
	53 日常的な連携が生きていると思います。日常的にどんな風に関係機関と連携を作っているのか、互いの課題認識のすりあわせや、目標設定などどんな風に語りあっているのかな？と思いました。	まずは足を運んで顔の見える関係を構築。用事がなくても近くを通った際に寄って顔を出すことを心がけています。また雑談も絡めながらそれぞれにやりたいことなどを話し合っています。	・市役所の職員は、新しい情報が早く入ってくるので、その情報を市役所の中にとどめず、関係者と一緒に、問題に対してどのように取り組むのか、推進員としては、仲間と共有して、課題解決をやって行くことが大事。（恵那市）
	54 コロナ禍でも推進員活動を進めていく上で、誰と連携していくことが一番重要だと感じたか。	・コロナ禍だからこそインターネット環境を使って。という話をしてきたが、元々は顔の見える環境を作ろうということ、千歳市は重点に置いていた。ネットだから特別につながったというよりも、元々のつながりがあったということが大きかった。	
	55 徘徊模擬訓練やケアパス作成などでどのように協力していただくための声掛けをされていますか？	日常的に顔の見える関係を構築し、普段から協力し合う（win-winの関係）ことを心がけています。そのため特別何か声掛けをするより「〇〇してみたいんですね。〇〇したら面白くないですか？」「なんか面白いことできませんかね。何でもいいんですけど」などの話題からつなげていっています。	
	56 介護予防センターも、SOSネットワーク事務局も社会福祉協議会さんが担われていると思うのですが、市からの委託ですか？ (社会福祉協議会さんは全国にあります、活動に地域差がありますので・・・当地区の社協は常に寝ている社協と揶揄されることもあります)	・介護予防センターは、包括の介護予防事業を特化した形で新たに千歳市に配置している（北海道では、千歳と札幌に配置）。包括にはあまりいない作業療法士が勤務しているのが特徴。 ・在宅医療介護連携支援センターは、千歳市のNPO介護医療連携の会が委託を受けて、千歳市内の医療機関と介護事業所の連携を図ってくれている。千歳市内に関わらず、近隣市町村とも連携を図ってくれている。ある意味、推進員が何もしなくても、そういった母体があるところが千歳市の特徴である。 SOSネットワーク事務局も社協ですが、当初は特に関わりがなくバラバラに動いていたところを、推進員から「まずは検索訓練から連携しては？」と持ちかけて関係ができ、活動の頻度があがりました。	
	57 展示会を行った介護予防センター？は市の管轄している機関ですか？どのように声をかけましたか？	介護予防センターは包括の介護予防事業に特化したセンターで、社会福祉協議会が市から委託を受けて運営しています。普段から顔の見える関係を作っていたので、ちとせdeコレクションもあちらから話題を出してくれました。	
	58 当町でも「認知症になっても安心して暮らせる町」は伝わりにくく「認知症になりたくない。予防に関心がある」方がとても多い。 町には介護予防センターはない為、包括の他にどのような機関と連携を取っていったら良いだろうか。	生活支援コーディネーターや社会福祉協議会、また事業所や医療機関は、全体でなくともその中で関心を持ってくれる人を見つけてつながっていくと全体の連携につながっていくと思います。 千歳市でも、市民にはまだまだ「認知症になっても安心」は伝わりにくい事が多いですが、啓発活動や冊子などで認知症の状況・認知症予防を紹介する際に、地道に織り交ぜていっています。 昨年、初めて「認知症になるのは怖い」ではなく「認知症もがんや他の病気と同じなのだから、対策よりもどうやって手伝うかが大事では」、「自分が認知症になった時に、してもらいたい事を認知症の人にしよう」という声が聞かれる機会が増えました。単年度で考えず、数年がかりで仲間とともに広める事が大事ではないでしょうか。	
59 山間部であることから、運転についての課題も近年多く、初期集中支援チームのケースでも多くの方が「運転できなくなったら生活ができなくなる」との話をよく聞く。千歳ではどのような移動代替え支援があるのか、お話を聞かせていただきたい。	現状では、75歳以上の交通機関の利用助成や一部地域で乗り合いタクシーがあります。推進員は介護予防センターや大学などと連携して、高齢者の交通事情に関する研究を行っているので、数年後にはそれをフィードバック出来る活動が出来ればと考えています。		

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）
6. 連携・ネットワークについて	<p>60 「こんな時だからこそ、推進員だけで悩まず、誰かに相談しよう！」とのことでしたが、私たち（2名とも推進員1年生で、前任者はいません）は高齢者福祉係（本庁）の所属で、包括支援センター（別庁舎）に配属をされています。包括にデスクはあるものの、連携して動くことはほぼなく、何をしているのかわからない存在となっており、いわゆるお荷物になっているようにも感じています。推進員の活動は、どのようにして行政に知ってもらったらよいでしょうか。</p> <p>61 当部署に配属になったとき、地域の関係者にあいさつ回りをし、以降、機会を作って積極的に連絡（主に電話ですが）をするようにしていますが、些細なことは気軽に話せるが、仕事についてはなかなか本音が引き出せないと感じる場合があります。どんなことを意識しながら、関係づくりをすればよいのでしょうか？とりあえず私は今のところ、相手の話を否定しない・あきらめないをスタンスとしていますが・・・。</p>	<p>・千歳市から委託を受けた時に、市役所の担当の方も変わって、みんなで何したらよいかかわからない状態だった。その中で、とにかくお互い話をしあって、雑談のようでも細かに話し合っていくことが大事だと思う。</p> <p>・フットワークの軽さというのが、いざという時に連携をとり合う時に大切である。</p> <p>・コロナ禍では、新たな顔の見える関係というのは難しいかもしれないが、元からある関係をどうやってつなげていくかというのも大事である。そういった下地があってはじめて、オンラインだからこそつながっていくという、さらに輪が広がっていくのではないだろうか。</p> <p>・どんなツールを使っても、まずはつながりを作るとするのが大事である。</p> <p>・認知症に関連する場所に足を運んで「一緒にできたらいいですね」という話しをしていった。色々なところで「あれやりたい、これやりたい」といっていると、自然とあちこちでつながっていった。</p> <p>・お互いWIN-WINの関係が必要で、こちらも相手もやりたいことをすり合わせていく。</p> <p>・民生委員の集まりや包括の会議に、全部出ると時間が足りなくなるので、1時間のうち30分だけ出るとか、今日は時間がないから15分だけとか、それでもいいと思う。1回ずつの長さより、頻度が多いほうが「今日も来ているから、何か手伝ってくれるかな」となっていくうちに、お互いに頼みやすくなったかと思う。</p> <p>・雑談や些細な話を繰り返す。「本当はこういうことをやりたい」けれど、上司とのしがらみがあったり、庁内の人から反対されたりするのであれば、その人たちが矢面に立たないで、推進員がどろを被るような。推進員が失敗しても、その人たちが次は成功させてくれるかもしれないという形でやっていたら、次どうすればいいかなというように本音を引き出していった。</p> <p>・イベントを行う時に、推進員の名前が入ってなくてもいい。手伝いだけでも出向いていくことで、「せっかくだから一緒にやりませんか」と自然と実績に繋がっていく。</p> <p>・最初は、自分たちが何かをやるということを意識しないで、とにかく動き回っていたら、動かなくてもみんなから「あれやりたい、これやりたい」と言ってきてくれるようになった。</p>	<p>・推進員から市役所の方へ自分から電話してみるのも一つ。いくらインターネットが発達しても、知らない人とは繋がれない。ネットでつながる以前に、どういった形でつながるか。メールでも電話でも良いと思う。今回の事前に視聴する動画であれば、最期に連絡先があるので、わからないところを連絡してみるというのも一つあると思う。（釧路市）</p> <p>・行政の担当者は、直接市民と接する機会が多くないので、推進員活動を通して地域の声を聴き、その声を行政に届けるということが推進員活動を知ってもらい一歩ではないかと思う。（釧路市）</p> <p>・巻き込むというと、巻き込まれる側は負担感が大きいので、行けるときは行って、「やってください」というよりは、そこでやっていることを共有して、行政の立場として、推進員の立場として、「手伝えることはないですか」という感じで行く。（御坊市）</p> <p>・すでに、「谷口さん来てくれますよね」と声かけてくれえるようになっているので、巻き込んでくれると動きやすい。（御坊市）</p> <p>・コロナの時に、つながりをつなぎ直すことが出来た（鳥取市）</p> <p>・「やれ」と言われたからやるのか、「やりたいからやる」のか、視点や発想の転換。（鳥取市）</p>
7. 市との関係性、進め方	62	<p>すばらしいと思ったが、市が主導で行っている会議やイベントに関しては地域包括では提案できても実施が難しい。どのように進めていったか</p> <p>・市（行政）がしてくれない、というのは視点の問題と感じている。逆に、自分たちがいろいろやっていいのかなと聞きに行ってもいいと思う。行政がいろいろ「あれやれ、これやれ」と言っているのも、裏を返せば行政がそれだけ動いている。一緒に、「あれやりませんか、これやりませんか」と持って行くこともできる。</p> <p>もし市の担当者が話が通じない人であれば、自分たちの意見に賛同してくれる推進員ではない人に協力してもらい、やりたい事をやるのも良いのでは。後に「〇〇ではアレをしているのに、どうして推進員はやらないんだ」と言われたら、「（提案した際に）市から却下されたので、他の賛同者に動いてもらいました。アレは推進員の発案で結果を出してますよ」と言ってみたら良い。</p>	
8. チームオレンジ	63	<p>チームオレンジは作れてますか？</p> <p>現在、推進員やキャラバンメイト事務局を中心に検討中です。</p> <p>ただ、千歳の推進員としては「今まで頑張ってくれた人たちが『なんだ、また新しいものを作るのか』とか『自分たちはお払い箱か』と思うような事も、認サポ受講者が変に責任を感じるようなシステムにもならないようにしたいと考えており、市にもそう伝えていきます。</p>	
9. エピソードを知りたい	64	<p>コロナ禍だけど、つながって良かった事の具体的なエピソード</p> <p>特別コロナ禍だからというエピソードはないが、普段からのつながりは方法を変えても必要なものだと再確認出来ました。</p>	
10. 現状と今後について	65	<p>更に感染拡大しており、実際に現在どのように活動されているのか、また、次年度に向けてや今後の活動について伺いたい。</p> <p>活動については動画で発表したものと大きな変化はなく、普段行っていた活動をやり方を工夫して継続するようにしています。</p> <p>次年度は、今までの活動と今年度新たに活用を始めたオンラインを用いた併用した活動を行えればと考えています。</p>	
	66	<p>コロナの影響で、どうしても個人(当事者や家族)への活動は難しいとかとは思いますが、個人への情報収集や支援など何か取り組まれていることがありましたら教えてください。</p> <p>コロナ前と比較すると訪問する頻度は減っていますが、可能な限り感染予防に留意して訪問するようにしています。それ以外には密に連絡を取り連携を図っています。</p>	

質問内容	質問	回答（報告者）	情報提供（パネリスト）
まとめ	67	<p>・困ったときに、「困ったね」と言い合える人とずっとつながっていると思う。これから先頑張ろうよという人も大事だが、困ったときに、互いに「こういう事で困った。どうしよう」と言える、向こうも「困ったね」と言える人を大切に、何年かかると思うが市民のために役立つことが出来るのではないかと考えています。</p> <p>・千歳市は特別なことはないもしていない。縁があってこうして発表をしているが、皆さんの方が良い事をしている事いっぱいあると思う。</p> <p>・肩に力を入れず、「何をやったら楽しいかな」「認知症の方や専門職の方と一緒に何をやったら楽しいだろう」と思いながらやると良いと思います。</p> <p>・良いと思うものはいろいろな所からパクリ。今日も何か参考になる事があれば、パクってください。</p>	<p>・恵那市の推進員は直営の二か所あり、一度推進員を離れて、もう一度戻った時に、毎日関係者にニュースレターを送ろうと思って、毎日新しい情報や認知症の人の声を、全部で200回、2年くらい続けた。その中で、ニュースレターを楽しみにしてくれる人も出て来ていたので、そういったところから仲間づくりが出来る。（恵那市）</p> <p>・わくわく感、みんなで楽しんでやる為には、情報共有を常に心がけてやっている。（恵那市）</p> <p>・推進員研修の報告でいつも言っていることだが、【委託】というのは【下請け】ではないということ意識してほしいと思っている。【下請け】は、指示に逆らわずに当然やるというイメージ。【委託】というのは、市役所がやるべきことが出来ないから、お願いしていることが委託だと思っている。（釧路市）</p> <p>・行政に何かを「やって」と言われたときに、行政から言われたからやるのか、一肌脱いで「やってやったぞ」と思うかの違いが大きい。気持ちの持ちよう（釧路市）</p> <p>・何かやりたいと推進員が思ったときに、賛同してくれる人と仲良くする。「そういうのは嫌です」という人は追わない。それとは違い、行政が動かない場合は、小さなコミュニティでもいいからやってみる。やってみてよかったら、行政に話してみるくらいの気持ちで良いと思う。どんなに小さなことでもいいから、やりたいと思ったことをやってみて、事後承諾でも認めてもらうのも方法の一つだと思う。（釧路市）</p> <p>・「コロナだからできない」とあきらめるのではなく、コロナ禍だから出来る可能性も見えてきた。コロナ禍だからこそ、暮らしや関係性をもう一度見つめなおし、丁寧に。「皆さんと一緒に頑張っていく。（鳥取市）</p>
他地域の方へ質問（ウェビナーQ&Aから）			
1. 認知症コーディネーターについて	1	御坊市の認知症コーディネーターとは？具体的にどんな職種でどこに何名くらい配置されているのですか？	<p>・医療・介護・保健の立場の人たちに、市から一緒に動いてくれる人に声をかけた。推進員も含めて、今20名という組織になっている。最初は3人から初めて、毎年徐々に増えていった。雑談や近況報告を含め、毎月会議を行っている。市から、「こういうことをやりたいです」と提案をしているが、お願いというより「一緒にできそうなこと」とともに考える機会にしている（御坊市）</p>
2. 連携・ネットワークについて	2	釧路市の方に質問です。行政に推進員から上がってくるやりたいことは具体的にどのようなものがありますか。	<p>SOSネットワーク模擬訓練の開催、内容について。認知症ケアパスの内容と具体的な使い方、認知症カフェの展開方法や認知症カフェを開催している事業所の横のつながりの創設、市民向け認知症研修会、在宅サービス従事者向け認知症研修会の開催、認知症相談会の開催、医療と介護の連携ツール（釧路市つながり手帳）の作成、若年性認知症実態把握調査と調査報告書の作成など。「模擬訓練の中で警察への通報訓練を行いたいので、警察に話をしてほしい」や、「小中学校で認知症サポーター養成講座を開催したいので、学校関係者に話をしてほしい」など、自分たちの活動を行う上で、行政に対して、してほしいことは何でも言ってくれます。行政の担当として、「こういうことが必要」と伝えたが、「進め方」や「手段、方法」については伝えていません。各包括支援センターに配置している推進員が自分の地域で必要な部分と手段を検討し、それぞれの地域で一番うまく回る方法を考えて活動してくれています。</p>
視聴した人から寄せられた情報（主なもの）			
1	認知症カフェを2か所開催していましたが、3月から全面中止となりました。つながりの維持を目的に（自宅で出来る運動の紹介や認知症予防豆知識、地域のサークルの活動紹介などを掲載した）「おれんじ通信」を作成しました。お手紙が自分宛てに送付されることで、つながっていることを感じていただけるよう、過去の参加履歴のある方全てに個人宛てに封書で送付しています。今は感染状況を見て不定期で少人数で開催していますが、参加できない方には送付を継続しています。		
2	高齢者にスマホなどを使って、SNSや動画を見てもらうには、まずは、なじんでもらうための工夫や取り組みが必要と感じています。「おれんじ通信」に運動の動画が見れるURLのQRコードを付けて紹介したりして、粛々と進めています。		
3	活動ができない状況が続いており、この機会に認知症の早期発見・早期対応の啓発動画の作成を進めています。また、声かけ訓練（認知症徘徊模擬訓練）も開催できない状況になっていますので、声かけ訓練ほどの大規模な訓練でなく、講座形式で行えるもののプログラム、手引きを作成し、もう少しハードルを下げて取り組めるように努めています。		
4	今まで市民センターに地域住民を集める形で体操教室（介護予防教室）を開催していたが、緊急事態宣言が出た時には、繋がりを絶やさないこと、モニタリング機能を果たすこと、廃用やフレイル認知症予防に努めて貰う事を目的に、健康チェック票、脳トレ、体操のプリントを郵送し、月1回（もともと体操教室が開催されていた頻度）で確認のお電話をしていた。		
5	ZOOMで介護予防教室（太極拳、料理教室等）を開催しました。		
6	リモート認サボ開催やメモリーウォークを形を変えて出来た事		
7	コロナ禍の中でしたので、世界アルツハイマーデーに合わせて市役所の渡り廊下に50枚ほどのパネルを掲示して、認知症の普及啓発活動をしました。		
8	ありがとうございました！とても充実した時間でした！		
9	行政の立場からの速水さんの言葉に元気づけられました。		
10	これからの状態を考えればネットでつながる関係性をつくっていくことが大切だと思います。「コロナで・・・できない。」という声を聴きることが多くありますが、ちょっと残念です。ダメでもともと！チャレンジする気持ちが大切であることを感じてます。		
11	離れていても、つながりあえるって、すごいですね！		