

「思い」をつなぐ認知症地域支援の取組み

～生活支援コーディネーターと歩む地域づくり～



東広島市健康福祉部地域包括ケア推進課

東広島市地域包括支援センター 認知症地域支援推進員 宮崎真弓

魅力あふれる 東広島市について



東広島市について(位置、面積等)

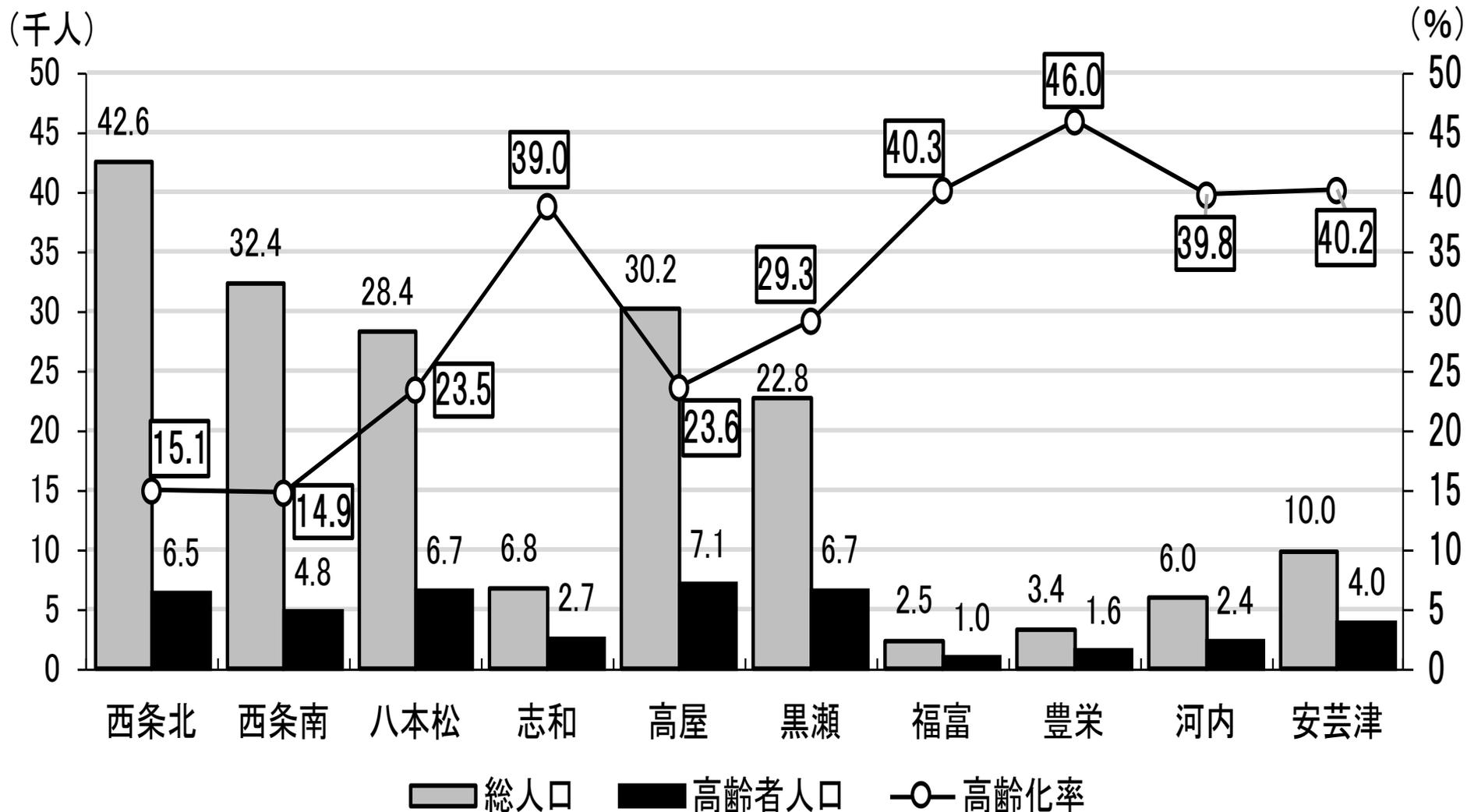


人 口	186,808人
65歳以上の人口	44,436人
高齢化率	23.8%
日常生活圏域	10圏域
包括数(直営)	4ヶ所
推進員数	6人
面 積	635.16km ²
名産品	日本酒 西条柿、牡蠣 赤じゃがいも など

資料:住民基本台帳 平成30年7月末現在

- 県の中央部に位置し、県内各方面からのアクセスが良好。
- 市内に大学が4つある国際学術研究都市。
- 周囲を低い山々に囲まれた標高200~400mの盆地状の地形が大部分を占める。
南東部は、瀬戸内海に面している。

日常生活圏域別総人口・高齢者人口・高齢化率の比較



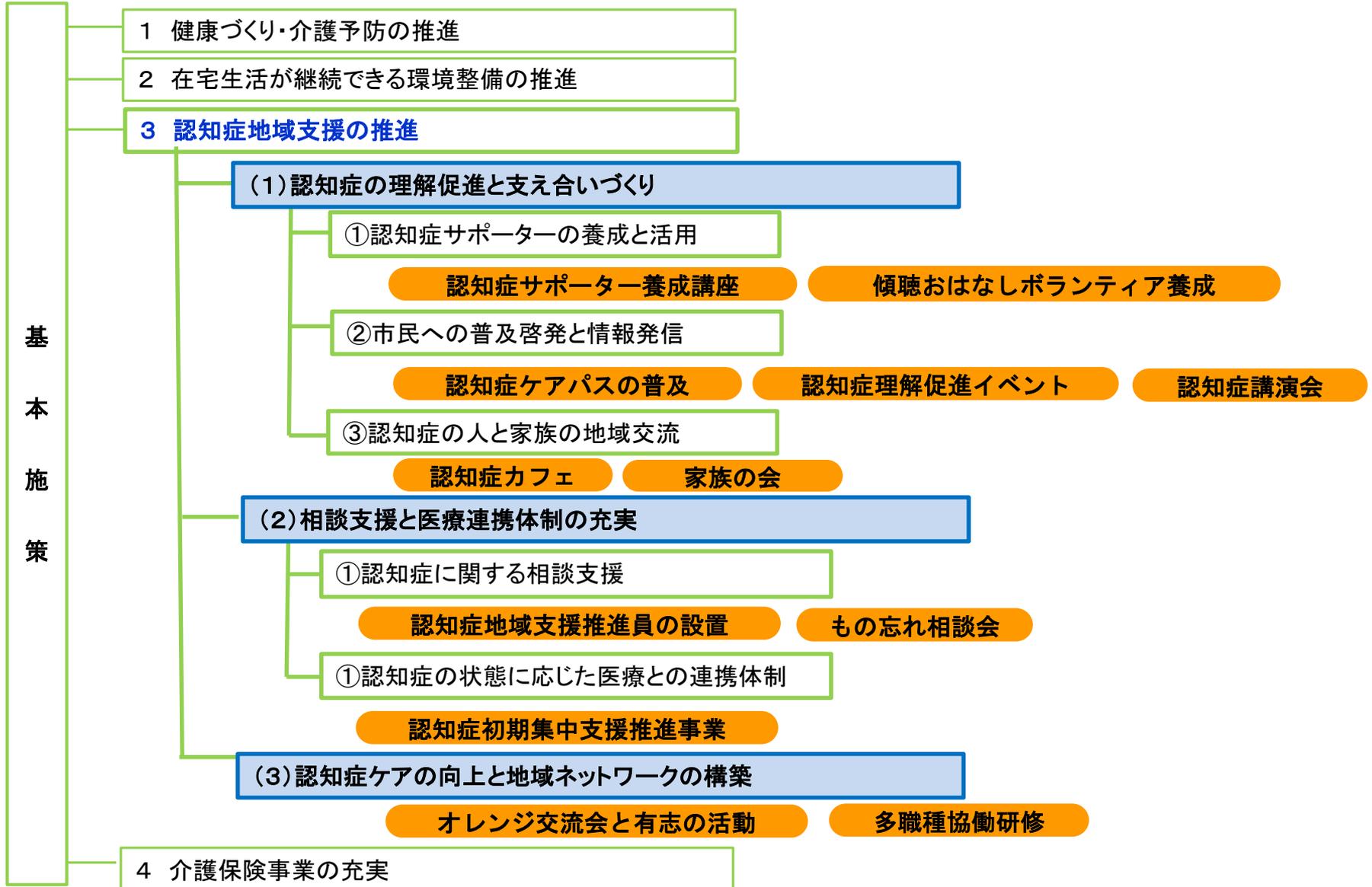
資料:住民基本台帳(平成29年3月末) 4

東広島市の認知症施策



第8次東広島市高齢者福祉計画・第7期介護保険事業計画（抜粋）

【基本目標】高齢者が要介護状態になっても、可能な限り、住み慣れた地域において在宅生活が継続できる基盤づくりを基本目標に掲げ、平成37年度（2025年度）までに**地域包括ケアシステムによる健康・医療・福祉が充実した地域とする**ことを目指します。また、地域共生社会の実現に向け、地域包括システムの深化・推進に取り組めます。



東広島市の はじめの一步・・・



オレンジドクター・オレンジアドバイザー・キャラバンメイト交流会 (オレンジ交流会)



オレンジドクター
(サポート医・
もの忘れ相談医)



オレンジアドバイザー
(認知症介護指導者・
実践リーダー研修終了者)



キャラバン・メイト
(認知症サポーター養成講座の講師役)

* さまざまな関係者が集うオレンジ交流会

* そのメンバーが仲間として活動している有志の会

はじまりは包括へのケース相談から...

H22年5月～9月 地域包括支援センターに若年性認知症の相談が続いて入る

51歳の妻。
料理が出来なくなった、近所で道に迷っていることに気づいていたが、相談手段を知らなかった夫



60歳の夫。
突然の告知を受け、妻もうつ治療を始めていた。

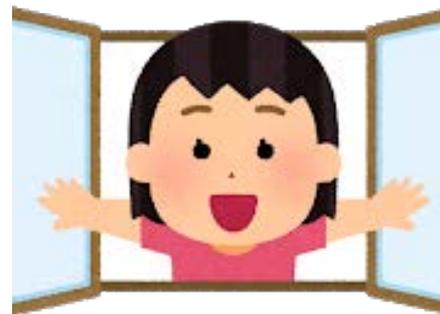
60歳の母親。シングルマザーの娘が介護をしている。アルコール依存症の父親と未就学の子の4人暮らし。

若年性認知症対応の
家族会「あゆみの会」に
相談。個別の関わりと
支援のアドバイスをもらう。

認知症について、知らない(気付かない)ことが多く、知識を持たなければならないと自覚。



認知症
地域支援に向けて、
私たちが
できることを
考えたい。



地域の
認知症支援
関係者との
協働が
できないか。

認知症地域支援体制を考える

【目的】

認知症の方が尊厳を持って地域で安心して暮らせる環境を整えていく。

【目標】

1. 地域の人々が認知症についての正しい知識を身につける。
2. 医療と介護、地域協働による総合的な支援体制を築く。

地域の認知症支援に携わる人に声をかけてみよう

集まって

一緒に考えて

動いてみよう

オレンジ交流会のはじまり

参加して活動してみよう ～連携・協働～



(第6回目 H25.9.12の風景から)

H23.3月～

いろいろな立場の人と出会い、
新しい仲間を増やしながら頑張っています



オレンジ交流会、次へのステップ！

【見えてきた課題】

- * 専門医(精神科)受診へのハードルが高い(家族)
- * 家族の対応等で困ったときに相談する場所がない(ケアマネ)
- * 地域の中でどう関わっていけばよいのかわからない(オレンジアドバイザー)
- * 認知症サポーター養成講座は1回だけでなくフォローアップが必要ではないか
- * 認知症に対する偏見をなくしてご近所同士の見守りなどができる地域づくり
- * 一人一人の事例からサポート体制を作っていく必要がある



オレンジ有志の会

テーマごとの
実行委員会

オレンジ
関係者会議

オレンジ
コアメンバー会議

垣根を越えた集まり

活動の展開

定着に向けて

テーマごとの実行委員会を立ち上げる

1. 相談窓口づくり
2. 社会資源マップの作成(認知症ケアパス)
3. 認知症サポーターの活用





1. 相談窓口づくり

● 認知症介護アドバイザー意識調査から見えてきた課題

- 相談できる場所
- つなげていく環境

● 取組みの方向性

誰が・誰に

- 相談に出向けない人にも

どこで

- 人が集まりやすい場所

具体的な活動

- 地域に出向いた相談会
- 「安心」と「次につながる」

相談できる機会を増やす

協働の場が広がる
メリットも！

①もの忘れ相談会の開催



オレンジドクター



デイケア管理者



施設職員

施設職員

社協

ケアマネ

小規模多機能

ケアマネ

ケアマネ

認知症介護指導者

包括職員



②認知症理解促進イベント

～認知症理解促進イベント～

認知症を知ろう! 語ろう! つながろう!

オレンジの輪

日時 **9月22日(月)**
 開始時間 **10:00～**
 ※イベントの内容によって開始時間が異なります。

場所 **東広島市役所本館 (1・2・4階)**

申込み **不要** 料金 **無料** どなたでもお気軽にどうぞ!

1階 ロビー

◆ **脳の年齢を知ろう!**
 時間 10:00～12:00, 13:00～15:00

脳年齢測定で楽しくチェック!
 ・有効活用度…本来の能力の活用度 (能力発揮の度合い)
 ・脳の元気度…どれだけ衰れにくいのか目安
 ・素早さ…実年齢と比べた情報処理能力

2階 オーフンスペース

◆ **頭を使おう! 楽しく脳トレ**
 時間 10:00～12:00, 13:00～15:00

日頃から、自宅でできるトレーニングを紹介します。
 軽度認知障害の人がすべて認知症になるわけではありません。
 誰でもできる認知症予防法を紹介します。

4階 402会議室

◆ **認知症相談**
 時間 10:30～12:00, 13:00～15:00

物忘れが心配、相談窓口がわからない、どの病院に行ったらいいのか、その他認知症予防や介護のことなど、お気軽にご相談ください。

◆ **心とからだのリフレッシュ!**
タクティルケア体験
 時間 13:00～14:30

タクティルケアとは、人が人に触れることの癒しの効果を活用したケア方法で、認知ケアに取り入れられています。イベントではタクティルケア体験としてハンドマッサージを行います。

4階 403・404会議室

◆ **笑って元気に!! 「笑いヨガ」体験**
 時間 10:00～10:30

笑うことで、横隔膜が動き、自律神経に働きかけていくことで、バランスを整えられ、脳や細胞が活性化されます。

◆ **認知症サポーター養成講座**
 時間 10:45～12:00

認知症サポーターとは、認知症を理解して、認知症の人とその家族を“応援”する人です。

◆ **脳を元気にいきいきと! 認知症予防体操**
 時間 13:30～14:30

広島県認知症介護指導者・作業療法士による体操の実践

お問い合わせ先> 東広島市福祉部高齢者支援課 TEL 082-420-0984 FAX 082-426-3117



脳年齢測定会



認知症サポーター養成講座



2.社会資源マップ作成

● 家族の声から

- ・ どこに相談したらいいかわからない
- ・ そもそも相談窓口があることを知らない
- ・ 本当に欲しい情報がない

作業1

医療機関・介護保険事業所アンケートを実施

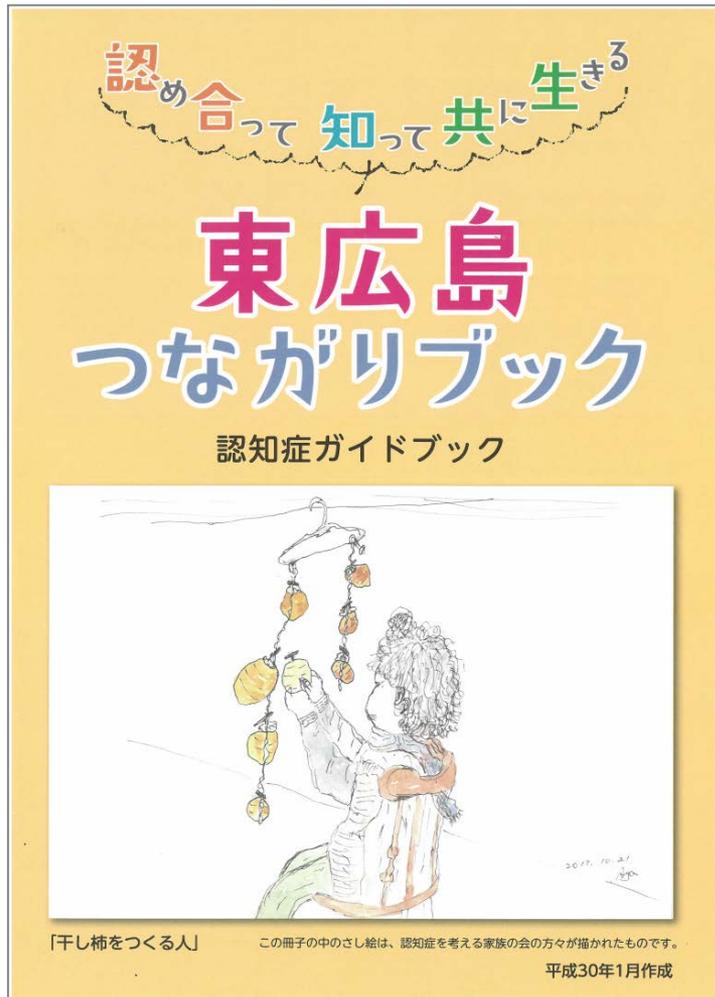
作業2

掲載内容を検討する

作業3

ケアパス作成

みんなで作り上げたものが形になる！



「認め合って、知って、共に生きる」
というサブタイトルも、
メンバーが意見を出し合い、
考えました。
挿絵に使われているのは、
家族の会の方の絵です。
どの絵も温かいぬくもりを感じます。

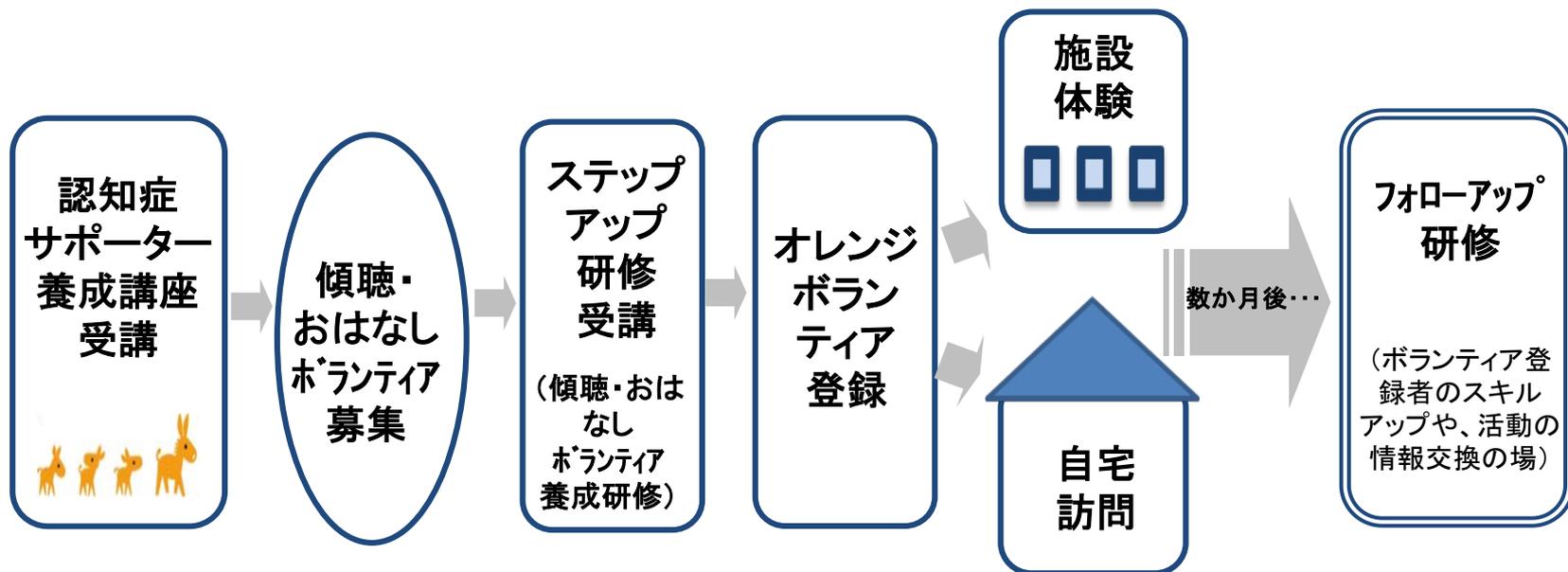


3. 認知症サポーター活用

ボランティア活動につながる『認知症サポーターの活用』ができないか？

- 身近に、自分磨きをしたいと思っている人たちがいる
- この人たちに呼びかけ、ボランティアのしくみをつくっては
- 認知症サポーターも数を増やすだけでなく、その後の継続したフォローアップが必要

➡ **「傾聴・おはなしボランティア(オレンジボランティア)」の養成**



傾聴・おはなしボランティア(広報「東広島」掲載)

ボランティア登録者

58人

(女性53人、男性5人)

※ボランティアは『話し相手』です。

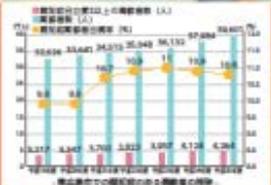
対象者

認知症の人、または
家族



広がる、つながる、オレンジの輪。

オレンジボランティアの谷本 穂さん。相手のペースに合わせて、ゆっくりと話を聴きます。「かわいい猫ですね」といった相づちに、自然と話も盛りあがります。



認知症は誰にでも起こる可能性のある病気です。厚生労働省によると、65歳以上の高齢者の認知症有病率は15%にのぼると推定され、広島県市内でも認知症高齢者数は増加傾向にあります。

一方で、認知症に対する支援は、地域や住民の間でも取り組みが進むなど広がりを見せ、関係機関の連携も進んでいます。

今月は、認知症に対する支援の輪に関わる人を通して、認知症になっても安心して暮らせるまちについて考えます。

認知症支援課 ☎(082)420-0984

オレンジ
利用



認知症
A. 川

オレンジ交流会の取り組みが キャラバンメイトの活動へ広がる！

外出が難しくなった認知症の人へ…

施設の大きなテレビでカープ試合観戦しよう！



業界の違うキャラバンメイトから刺激をもらう

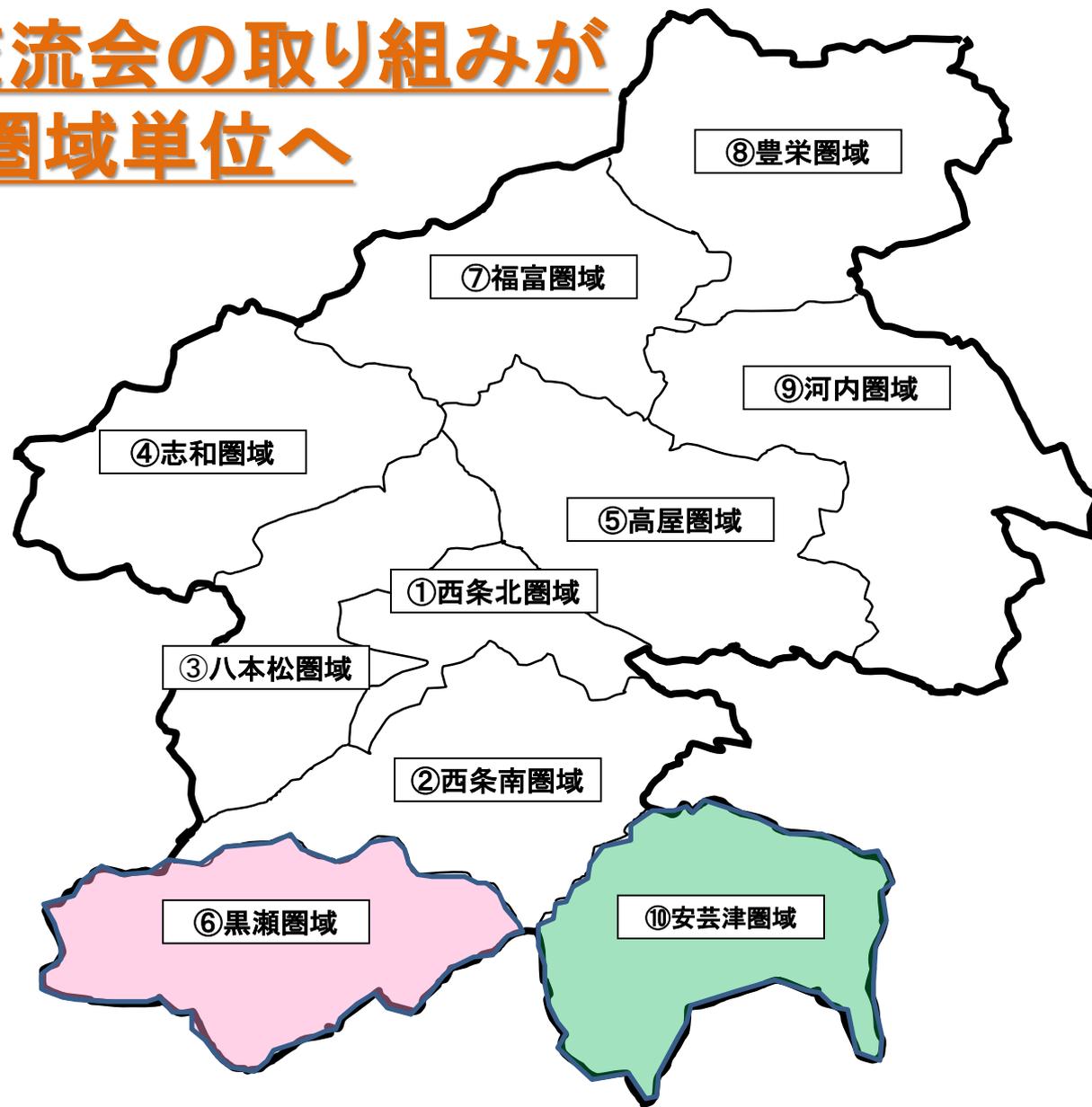
芸陽バスの指導課長さん！
バス会社内で一人のキャラバンメイトです。



新入社員研修メニューに
認知症サポーター養成講座を
入れたり、他の運送系会社を
巻き込んだり、大活躍！！



オレンジ交流会の取り組みが 日常生活圏域単位へ 広がる！



黒瀬圏域での取り組み

『黒瀬オレンジ会』

～生活支援コーディネーターと歩む地域づくり～

…2つの企画が動き出す…

企画タイトル 認知症になっても大丈夫よ **気づく・見守る・支える町づくり**

①計画時 (1.1)

②実施後の中間報告 ()

① 計画内容を設定する

現状分析

①対象地域の現状、数値的データ等。

- ・黒瀬町人口 23,189 人（高齢化率 28.9%、後期高齢化率 10.8%）
- ・地域の田園地帯と前期高齢者世帯（85歳以上）が密集した分譲住宅地がある。（昭和 40 年代に分譲住宅として販売され、近隣市町からの移住、高齢者の移住による）
- ・サロン 48 ヶ所
- ・医療機関
- ・町内交通の便が課題となり、住民自治協議会運営のさくらバスが H26～運行している。
- ・民生委員

取り組み(事業)内容[予定]

①計画内容。

- ・認知症対策～啓発講座実施のための場の提供（自治会等の団体、サロンや友人の集まり）・調整。
- ・団体に対して認知症対策～啓発講座を実施。

企画タイトル 認知症になっても大丈夫よ！気軽に相談できる場の提供

①計画

②実施

① 計画内容を設定する

現状分析

①対象地域の現状、数値的データ等。

- ・黒瀬町人口 23,189 人（高齢化率 28.9%、後期高齢化率 10.8%）
- ・地域の田園地帯と前期高齢者世帯（85歳以上）が密集した分譲住宅地がある。（昭和 40 年代に分譲住宅として販売され、近隣市町からの移住、高齢者のみの世帯が増えている）
- ・サロン 48 ヶ所（うち高齢者参加 43 ヶ所）、地区社協 8 か所
- ・医療機関や介護施設等は隣市もあり充実している地域
- ・町内交通の便が課題となり、住民自治協議会運営のさくらバスが H26～運行している。
- ・民生委員は 48 人、見守り協力員 103 人

取り組み(事業)内容[予定]

①計画

- ・もの忘れ相談会実施に向けて関係機関と連携
- ・在宅推進医・ケアプラン（認知症対策～啓発講座）～（認知症の地域の相談役）等・包括的支援体制の構築
- ・もの忘れ相談会実施。
- ・もの忘れ相談会の場で認知症サポーター養成講座を行う。

ネットワークの内容[予定]

メンバー

①予定しているメン

ねらい

そうだ、仲間を集めて、
一緒に考えよう！

ひとりでは何もできません……



黒瀬オレンジ会のはじまり

- 定例会：1回／2ヶ月
- 構成メンバー：

在宅医療推進医、民生委員児童委員会長、生活支援コーディネーター
オレンジアドバイザー、キャラバンメイト、黒瀬商工会青年部福祉部会
地域包括支援センター

生活支援
コーディネーター
大活躍！！



黒瀬オレンジ会の最初の取り組み

I 普及・啓発

- ・全町民を認知症サポーターになる地域を目指す。
- ・啓発ちらしを全戸配布

II 早期発見・早期治療

- ・軽度認知障害(MCI)の人を医療につなげていきたい

III 若年性認知症

- ・気軽に相談ができる場所をつくる

IV 介護者支援

- ・家族の認知症への理解をすすめる

V 高齢者にやさしい地域づくり

- ・認知症サポーターを全世代、全住民に！
- ・独居を支えるための地域づくりを考える
- ・国際大学の教授や学生への地域づくりの参加



I 普及・啓発

★新しい取り組み・・・

黒瀬町の中でも、『認知症を地域で支えていかにゃいけん』と理解のある地域を対象に、寸劇を通して認知症の人の気持ちを理解し、ひいては地域住民が発信していこうという研修を実施。



➡ 外部のまちづくりコーディネーターにファシリテーターを依頼。認知症を支えるまちづくりについてワークショップを行う。

➡ しかし、研修内容の満足度が参加者によって大きく違った。認知症を地域で支える気持ちはあっても、地域住民が自ら発信していくことには抵抗がある人もいることがわかった。



挫折・・・

I 普及・啓発

★既存の資源から・・・

黒瀬町では、年2回、
社会福祉協議会から『社協だより』
という冊子が発行される。

その中に折り込みちらしを入れる
ことになる。

➡ 黒瀬オレンジ会の取組みを
全町民に周知しよう！
わたしたちの取組みの
ゴールを黒瀬町全住民と
共有できるように・・・

➡ 認知症カフェやもの忘れ
相談会の告知もできます。

認知症になっても安心して自分らしく住み続けられるまち・黒瀬町

正しく知ろう 認知症



発行元：黒瀬地域包括支援センター
〒739-2692 東広島市黒瀬町丸山1333番地
電話：0823-82-0203

認知症は、周囲の理解とサポートがカギ

認知症の患者数は高齢化とともに増え続け、2025年には、65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。認知症は誰もがなる可能性があります。

家族が、友人が、認知症と診断されたとき、どのように関わり合っていけばいいのか。まずは認知症を理解することから始めませんか。周囲の理解と正しい関わりがあれば、本人も家族も穏やかに暮らしていくことが可能になります。

新・認知症ガイドブックが できました!!

自分や家族が認知症の診断を受けた時、または、認知症かなと心配になった時、はじめに読んでいただきたい冊子です。

認知症当事者や家族の「声」や、認知症の経過と対応、各種サービスや相談機関の連絡先などが掲載されています。

冊子は、黒瀬支所の5番窓口にあります。



I 普及・啓発

★既存の資源から・・・

社会福祉協議会では、黒瀬町内の全小学校で、福祉体験授業を展開していました。そのメニューの中に、認知症サポーター養成講座の項目を追加！「と～ってもよい授業になりますよ～」とPR。

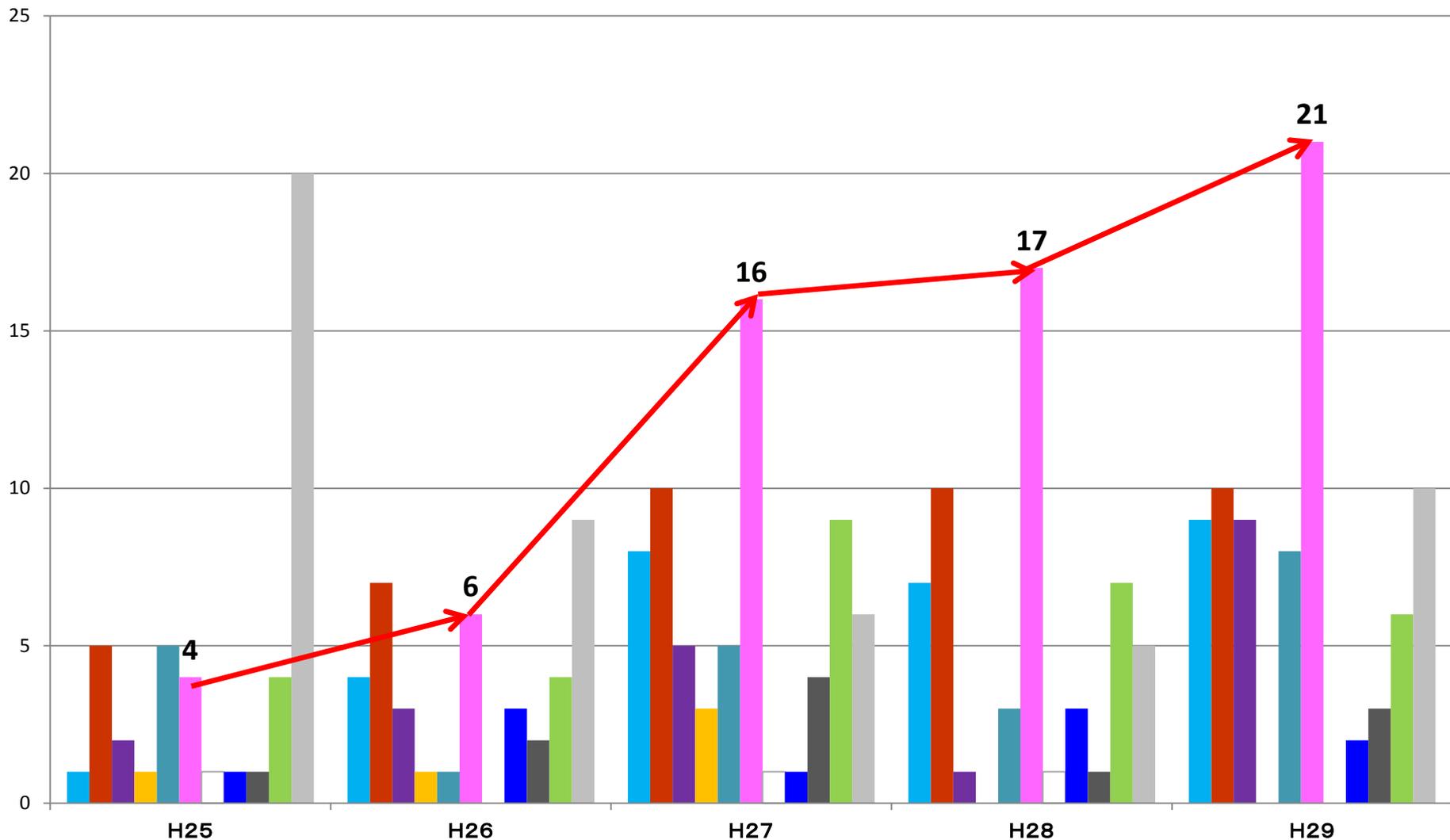


➡ 黒瀬オレンジ会メンバーと協働できる場の拡充。
目標に向かって一致団結！
必ずグループワークを取り入れ、地域みなさんが先生に。
結果、地域の人は何回も受講する形になっていった・・・

- ➡
- 日頃、包括主催の研修に参加しない民生委員さんがやって来る！子どもの魅力ってすごい！
 - 認知症の人へのやさしい対応方法について子どもに伝えるため、大人も勉強を始める。
 - 子どもにわかりやすく伝える技術は大人も感動する！

認知症サポーター養成講座 圏域別開催数の推移

■ 西条北 ■ 西条南 ■ 八本松 ■ 志和 ■ 高屋 ■ 黒瀬 □ 福富 ■ 豊栄 ■ 河内 ■ 安芸津 ■ その他

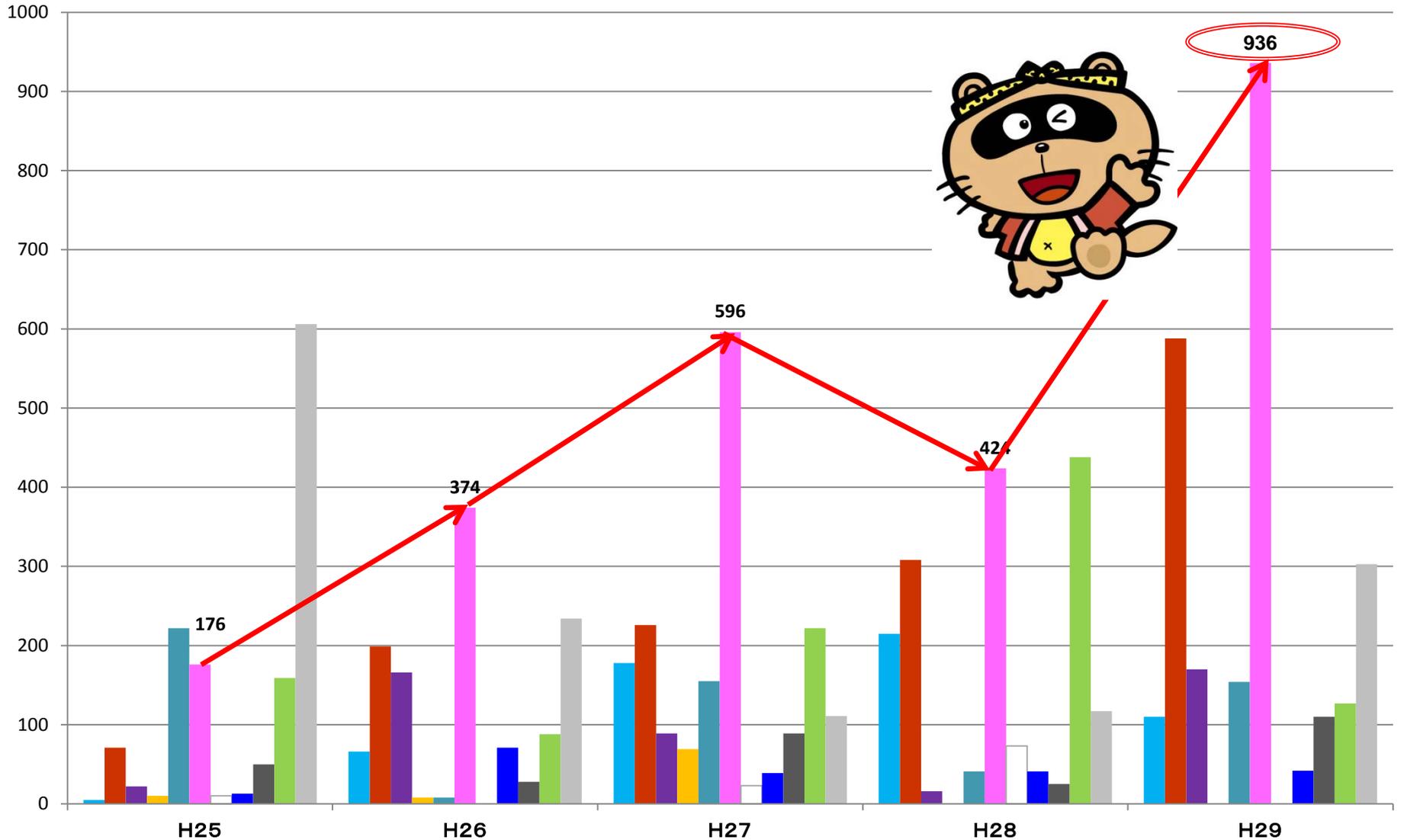


キッズサポーター養成講座 実施校数の推移

	西条	八本松	志和	高屋	黒瀬	福富	豊栄	河内	安芸津
H25	0	0	0	1	0	0	0	1	1
H26	1	1	0	0	0	0	0	0	1
H27	1	1	0	1	1	0	0	0	1
H28	3	0	0	0	4	1	0	0	4
H29	3	0	0	0	6	0	0	1	3
(参考) 小・中 中学校数	13校	6校	4校	9校	6校	3校	2校	4校	4校

認知症サポーター養成講座 圏域別開催数の推移

■ 西条北 ■ 西条南 ■ 八本松 ■ 志和 ■ 高屋 ■ 黒瀬 □ 福富 ■ 豊栄 ■ 河内 ■ 安芸津 ■ その他



Ⅱ 早期発見・早期治療

★新しい取り組み・・・

これまで市中心部で行ってきた『もの忘れ相談会』を、黒瀬町で行うことになる。高齢者が集まる場所(スーパー等)の人たちと、どうつながればいいのか・・・悩む・・・



➡ ネットワーク会議参加者でもある商工会局長へ相談。趣旨を説明すると、局長自ら、その場で大型スーパー店長へ電話して、交渉。すぐに実施場所が決まる！



- ➡
- 行政では働きかけにくい機関には、つながりからアプローチできる。
 - 商工会局長の提案から、お買い物している高齢者対象だけでなく、ほっこり入浴目的の高齢者も対象に！スーパー銭湯でも実施。
 - 商工会イベントにもブースを出店し、黒瀬町での認知症の取り組みをPR！

IV 介護者支援～認知症カフェの取り組み～

★既存の資源から発展・・・

ひとつの居宅介護支援事業所で実施していた家族会を認知症カフェに移行。
黒瀬町内の主任ケアマネの取組みとして、
3つの居宅で協働運営することになる。



- ➡ それぞれの居宅が順番に運営を行う。
個性がキラリ☆と光る内容の工夫がある。
オレンジ会メンバーの多くが参加するため、メンバー同士の交流も
でき、仲良くなる一方で、意見の相違も・・・もちろん！あります。
- ➡ ●黒瀬町のいろんな場所で開催されるようになり、
より多くの町民が参加しやすくなる。
●黒瀬町内主任ケアマネの取組みとなり、広報も拡大。
(居宅内や包括、医療機関等)

これからの発展!
ワクワク♪



中学生対象の認知症講座に大学生が協力

認知症サポーターの医療福祉学科生12人がファシリテーター

【7月11日 黒瀬中学校】

広島国際大学（学長：焼廣益秀）医療福祉学科の学生が7月11日、黒瀬中学校（東広島市）で開催される「認知症サポーター養成講座」に協力します。協力するのは、6月に同講座を受講して認知症サポーターになった同学科3年生の12人。グループワークでは各グループにファシリテーターとして参加します。大学生が同講座に協力するのは、同市における初めての試みです。

本取り組みは「地域がキャンパス in 黒瀬」^(※)の一環で、今後は地域における現状や課題などを学び、認知症サポーターとして認知症高齢者の外出支援企画を実施する予定です。学生は実践を通して、認知症の人へのかかわり方や福祉支援のあり方を修得します。

つきましては、概要をお知らせしますので、取材で取り上げていただきたくよろしくお願いいたします。



医療福祉学科生を受講した
認知症サポーター養成講座（2018年6月）

※「地域がキャンパス in 黒瀬」

黒瀬地域の住民自治協議会と本学医療福祉学科の学生が2015年に設立。福祉・介護・保育をキーワードに高齢者向け事業や子ども向けイベントを共同で企画・運営。東広島市社会福祉協議会協力の下、ともに地域づくりに取り組む。



大学生とのコラボ

お出かけしたくなるイベント企画があれば 外出機会が増えるかも・・・♪

⇒認知症の人やその家族がちょこっとお出かけしてみたくなる企画を、
学生が主体となり、オレンジ会メンバーと一緒に考えます。

⇒大学生との地域づくり(協働)





黒瀬商工会とのコラボ

認知症の人やその家族が外出しやすい町になったらいいな・・・♪

⇒ 『高齢者お助けマップ(仮称)』の作成へ。

黒瀬商工会青年部福祉部会と生活支援Coが協働し、商工会活性化事業を活用し補助金をゲット！マップ作成にあたって、「認知症にやさしいお店」をつくっていきこう！

⇒まちの商業関係者にも

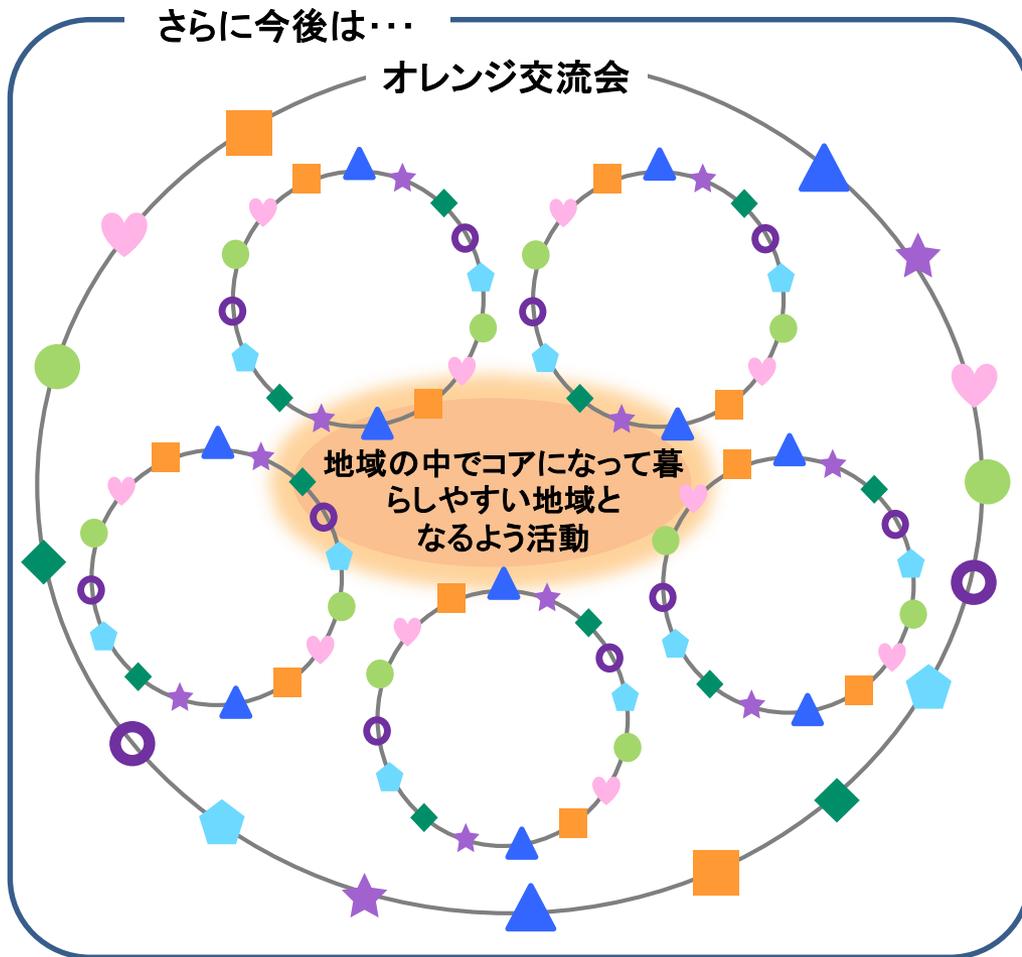
オレンジリングを！



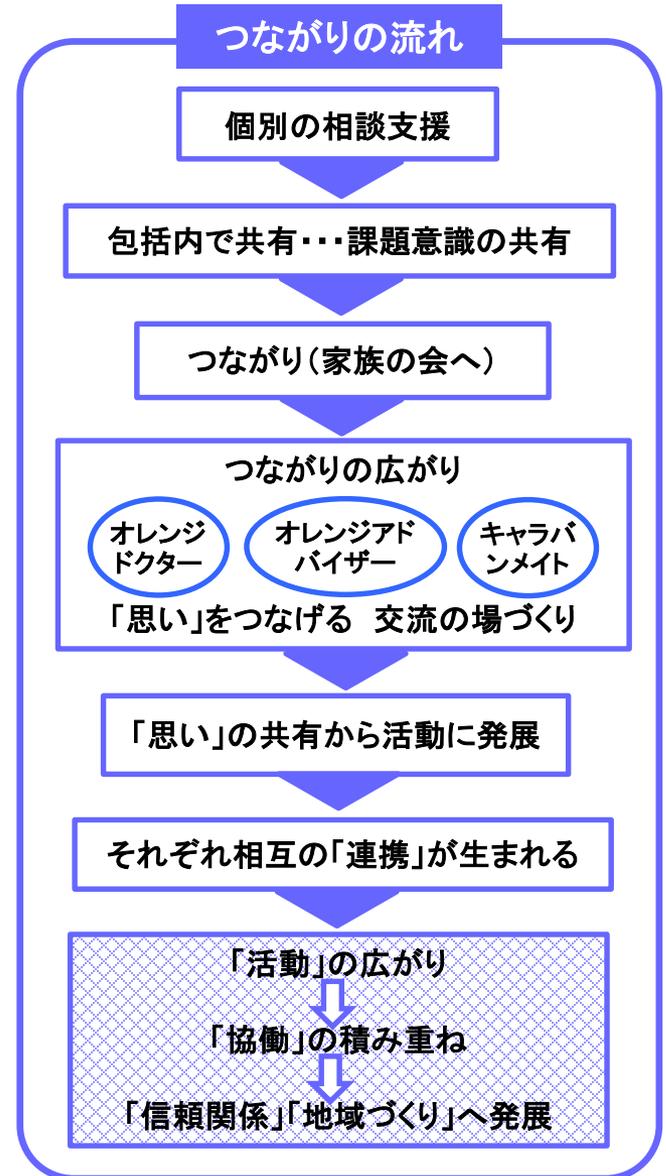
オレンジ交流会が認知症地域支援の輪に発展



現在の課題と今後の取組みの方向性



⇒ 市民(さまざまな関係者)と行政が一体となった地域づくり



圏域特性にあった取組みの 展開へ一歩一歩……



みなさまへのメッセージ

- ❁ 最初は、地域の方と一緒に**協働できる関係づくり**から。まずは地域に貢献を。
- ❁ 相手のニーズをしっかりと拾い、こちらの目標も共有できるようになれば次のステップへ。
お互いに**WIN-WIN**でいきましょう♪
- ❁ 『**まずはやってみる**』精神から何事も始まります。既存の社会資源の活用から始めると、負担なく始められ、つながりが得られやすいかな。。。

有志のみんなが つながって
「認知症支援の輪」が広がっています



ご清聴ありがとうございました。

誰もが『仕合わせ』を得られる地域を目指して