

郡山市ともにあゆむ・ともに生きる ～認知症になっても よりよく暮らしていくために～ 認知症地域支援推進員活動について



福島県郡山市

地域包括ケア推進課 千葉

片平・喜久田高齢者あんしんセンター 鈴木

郡山市について

【市の概要】

- 東北地方で仙台、いわきに次いで第3位の人口規模
 - 首都圏から東北新幹線で約80分というアクセスの良さに加え、鉄道や東北・磐越両自動車道が縦横に交差するなど、交通の利便性が良い。
 - 「農業・商業・工業」がバランスよく発展。
 - 福島県の中央に位置し、面積：757.20km²。
年平均気温は約12℃。比較的穏やかな内陸性気候。
- 

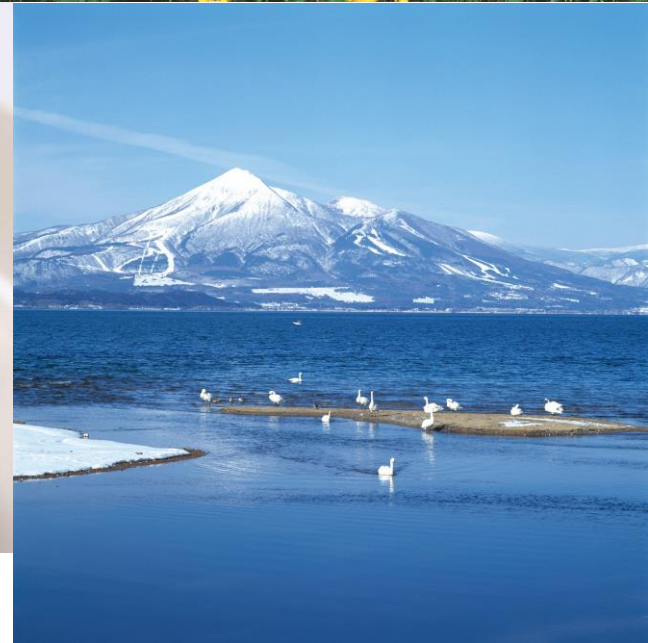


【基本情報】（平成31年3月末現在）

- 人口：322,860人
- 65歳以上高齢者人口：83,348人
- 高齢化率：25.82%
- 要介護認定率：18.03%
- 日常生活圏域：20地域
- 地域包括支援センター
委託による地域包括支援センター17か所
直営による基幹型地域包括支援センター1か所
計18か所

郡山の位置図



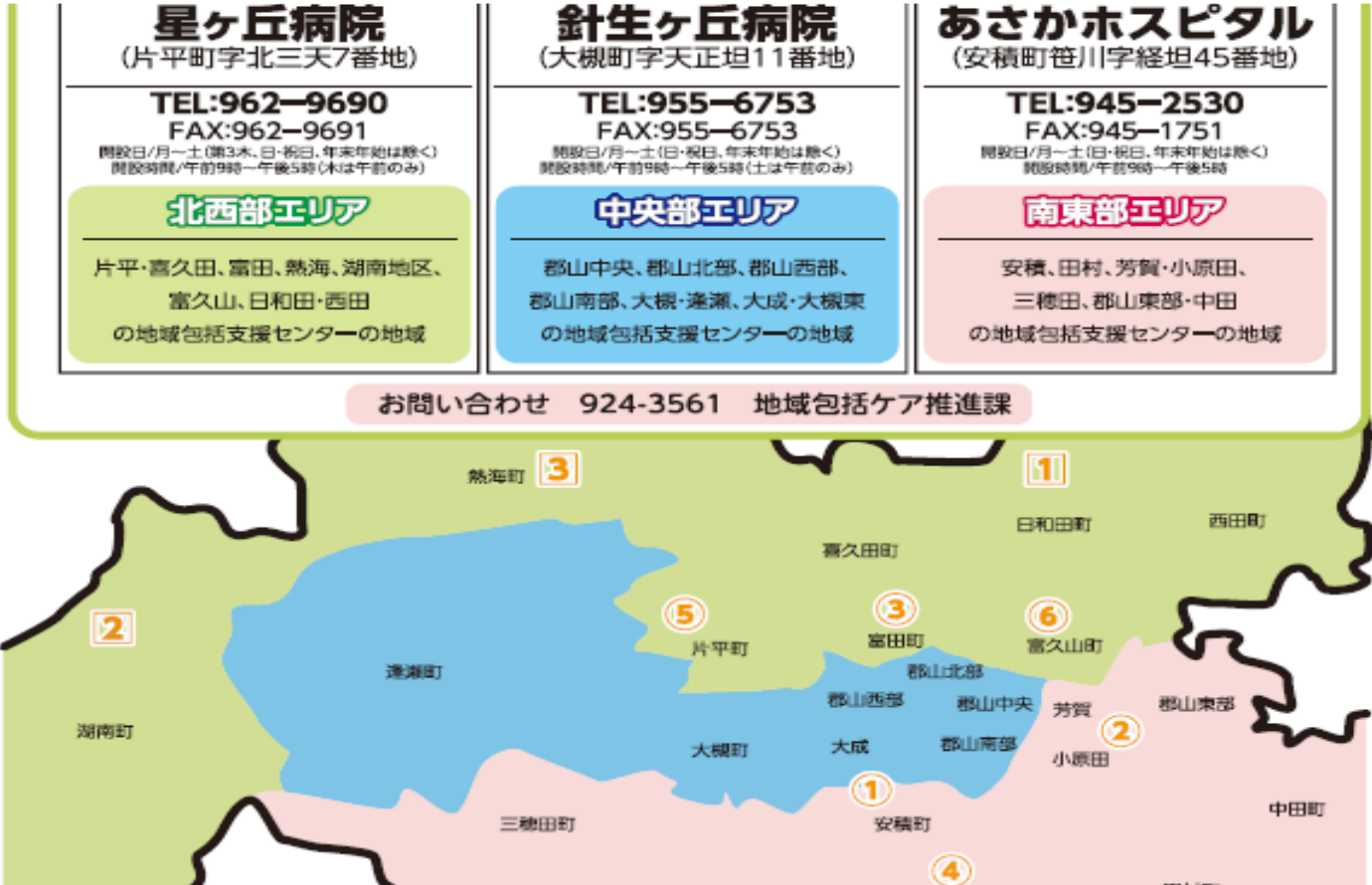


郡山市の認知症施策の全体像



郡山市の認知症地域支援推進員について

平成27年度より地域包括支援センターに各1名ずつ計18名の認知症地域支援推進員を配置。（研修受講者は43名）
認知症初期集中支援チームの担当地区と同じ市内3つのエリアに分かれて活動。エリア毎に地域課題を抽出し、課題解決に向けた目標・計画を立案。
（月1回打合せ）



背景・地域課題

「認知症は怖い病気」「ああいう風にはなりたくない」、「何も出来なくなる」といった認知症に対する偏見や正しい理解が住民に得られてない現状が少なからず見られている。

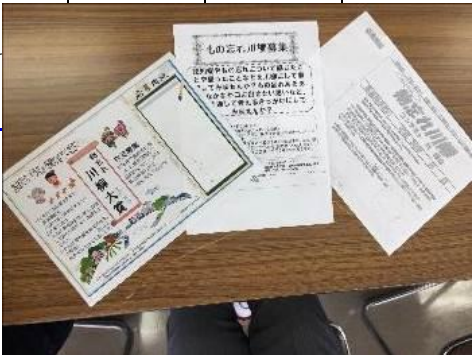
きっかけ

認知症サポーター養成講座や地域のサロンでの周知だけでは正しい理解が十分に広まらない現状から、物忘れ川柳を考えることで少しでも認知症について考えたり、理解するきっかけを作ることが出来たらという思いから。

北西部エリア認知症地域支援推進員活動

進め方

平成30年度認知症地域支援推進員活動計画表										(北西部)	エリア		
										(片平・喜久田)	地域包括支援センター		
【 エリア内の目標 】					【 取り組み内容 】								
認知症や高齢者にやさしい地域づくりに向けて取り組む					○認知症カフェ、サロンなどを通じて認知症について話をする機会を設ける ○関係機関に協力を依頼する ○認知症について考えてもらうために、川柳を募集し表彰する								
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
認知症 地域支援 推進員活動	エリア	川柳募集のための チラシと箱の素案 を考える。	チラシと箱を作成、 完成させる。	チラシの配布と箱を関係機関に設置し川柳を募集。締め切りは11月末。						川柳の選考と広 報誌の作成。 (選考委員は改 めて推進員で検 討。)	表彰 (ラジオ局や新聞 社へも相談。)	発表	取組みについて 反省。
	包括	川柳 ・箱の素案を考え る		・箱の設置場所の 検討と設置				ファミリーフェスタ でも川柳を募集。		・川柳を回収	・広報誌の配布		
		出張カフェ ・打ち合せ ・チラシ作り	カフェの開催	カフェの開催	カフェの開催	・打ち合せ ・チラシ作り	カフェの開催					・打ち合せ ・チラシ作り	カフェの開催
		周知活動 ・広報誌の作成と 配布			広報誌の作成と 配布		広報誌の作成と 配布		広報誌の作成と 配布		広報誌の作成と 配布		広報誌の作成と 配布
関係機関				・取り組み内容を 説明。									
		・住民への趣旨説 明と協力依頼											



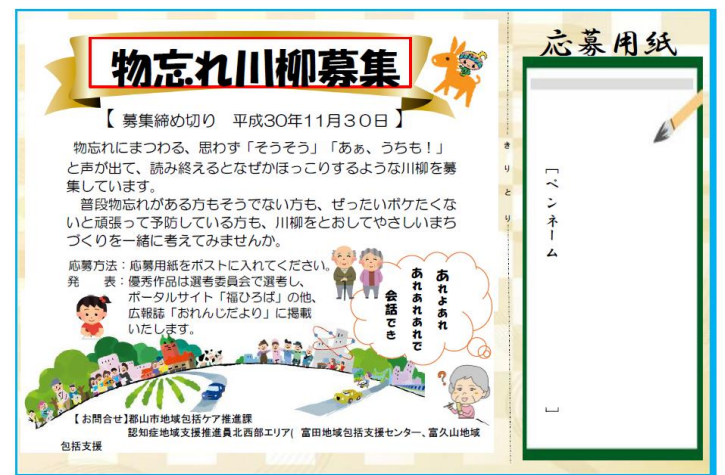
北西部エリア認知症地域支援推進員活動

工夫したところ

- ・目立つようにチラシやポストを作成。
- ・ポストを設置するだけでなく、認知症サポーター養成講座や地域のサロンの時にも募集を呼びかける
- ・川柳の選考に認知症初期集中支援チーム員や認知症サポート医にも選考委員のメンバーに入ってもらい、顔の見える関係づくりのきっかけとした。
- ・広報誌を作成し、選考の結果を住民へ報告。

苦慮したところ

- ・ポストをただ設置しただけでは川柳は集まらず、周知の方法に工夫が必要だった。
- ・ポストをどこに設置したら多くの方に分かってもらえるかと場所の選定に各推進員で苦労した。



選考の様子です。
たくさん応募
ありがとうございました。



今日の結果は
ポータルサイト「福ひろば」にも
掲載しております。

主催：北西部エリア認知症地域支援員
協賛：星ヶ丘病院認知症初期集中支援チーム

北西部エリア認知症地域支援推進員活動

効果

- ・川柳の周知については、場所によって温度差はあったが、職場体験に来た小中学生や認知症サポーター養成講座で配布したことで、多くの川柳が集まった。
- ・認知症について考える機会となり、認知症についての理解度が深まった。
- ・広報誌をサロンや地域の見守りの際に配布したことで、認知症に対して興味を持ってもらうことができた。中学校の卒業式にも配布してもらった。
- ・他エリアの住民から、「うちの地域ではやっているの？」と問い合わせがあり、興味をもってもらった。

課題

- ・認知症の周知啓発は北西部エリアだけの課題ではなく、郡山市全域の課題である。
- ・単年度で終わらせるのではなく、継続的に行っていく必要がある。



今年度の北西部エリア認知症地域支援推進員活動計画

平成 31 年度認知症地域支援推進員活動計画



北西部エリア

片平・喜久田、富田、熱海、湖南地区、富久山、日和田・西田

高齢者あんしんセンター

【地域課題】

認知症に対する理解が、住民になかなか得られない現状がある。認知症に対する偏見が少なからずある中で、認知症について正しく知って理解していただくための周知活動が必要。

【目標】

認知症に対する正しい理解を広く地域に周知する。

【具体的な活動内容】

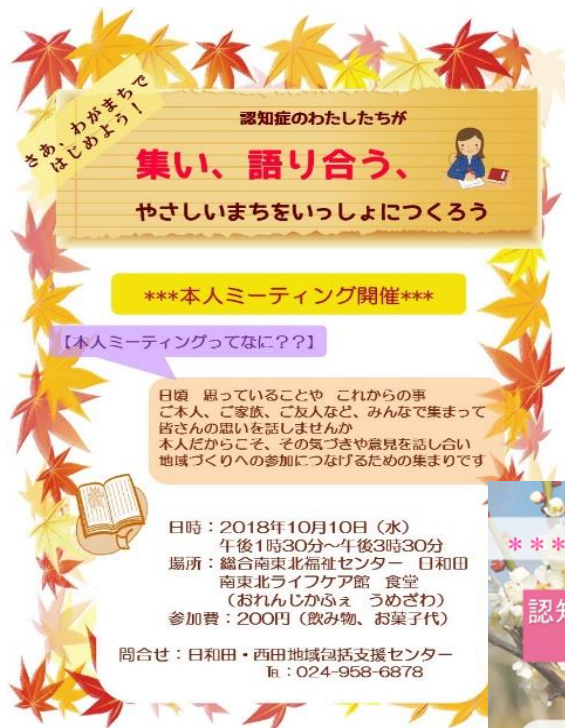
- ①認知症をテーマとした川柳を郡山市全域で募集。認知症の周知啓発を図り、川柳を選考・表彰する。
- ②カフェを地域の身近な場所に作る「ご近所化計画」に向けて情報収集するなどし、準備する。

このエリアでは全包括
でカフェを開催

北西部エリア
スケジュール

	エリア	高齢者あんしんセンター
4 月	川柳募集について包括全体に説明	
5 月	チラシ、川柳用紙の検討・作成	
6 月	川柳募集開始 ～10 月まで	川柳募集開始 ～10 月まで
7 月	「ご近所化計画」に向けた情報収集と意見交換 ～9 月まで	
8 月		
9 月	ファミリーフェスタで川柳募集	
10 月	選考	選考
11 月	20 日認知症セミナーで表彰	
12 月		
1 月	オレンジ便り発行・配布	
2 月		
3 月	今年度の取り組みについて意見交換	

他の推進員活動・・・本人ミーティング



さあ、わがまちで
はじめよう！

認知症のわたしたちが
集い、語り合う、
やさしいまちをいっしょにつくろう

本人ミーティング開催

【本人ミーティングってなに??】

日頃 思っていることや、これからの事
ご本人、ご家族、ご友人など、みんなで集まって
皆さんの思いを話ませんか
本人だからこそ、その気づきや意見を話し合い
地域づくりへの参加につなげるための集まりです

日時：2018年10月10日（水）
午後1時30分～午後3時30分
場所：総合南東北福祉センター 日和田
南東北ライフケア館 食堂
（おれんじかふえ うめざわ）
参加費：200円（飲み物、お菓子代）
問合せ：日和田・西田地域包括支援センター
TEL：024-958-6878



本人の声を聞きたい！



オレンジカフェに参加している本人を対象に気軽に参加してもらいたい。

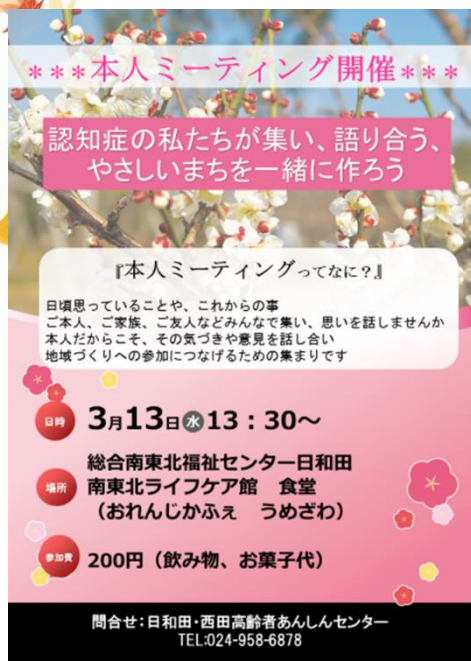


カフェの一角で「本人ミーティング」を。

＊「誰かの役に立ちたい。」
という声が聞けた。

＊「すぐ忘れてしまう」と悩んでいる方に他の参加者が「しょうがないよ。」と慰め、「ノートに書いたり工夫してるよ。」とアドバイス。

ちょっとした工夫で
本人のことを知ることができ、
本人の力を引き出せる



本人ミーティング開催

認知症のわたしたちが集い、語り合う、
やさしいまちを一緒に作ろう

『本人ミーティングってなに??』

日頃思っていることや、これからの事
ご本人、ご家族、ご友人などみんなで集い、思いを話ませんか
本人だからこそ、その気づきや意見を話し合い
地域づくりへの参加につなげるための集まりです

日時 3月13日 水 13:30～

場所 総合南東北福祉センター日和田
南東北ライフケア館 食堂
（おれんじかふえ うめざわ）

参加費 200円（飲み物、お菓子代）

問合せ：日和田・西田高齢者あんしんセンター
TEL:024-958-6878

他の推進員活動・・・声かけ訓練

認知症サポーター養成講座など
認知症について勉強してるけど、
実際どうやって声をかけたらいいんだろう？
という**地域の声**



認知症高齢者声かけ訓練をしてみよう！



地域の絆がさらに強まった。
認知症を自分のこととして捉える機会に
なった。



地域のを拾い、
その声に基づいて活動



さらには地域住民がQRコードを
広める必要性を実感し、QRコード
読み取り体験を広める活動へ発展



他の推進員活動・・・若年性認知症の方の支援

1人の若年性認知症の方を支援していく中で、
他の若年性認知症の方をつながりたいという気持ちに寄り添う



認知症カフェにて
若年性認知症の方・家族同士のつながる機会を作る



認知症疾患医療センターで
「若年性認知症の集い」を定例開催することに発展



若年性認知症支援コーディネーター
の協力を得ながら

本人同士がつながることで、
外に出る機会が増え、
気持ちも穏やかに

本人・家族の力は大きい
専門職だけでは得られない効果

郡山市安積町の活動①

人口 約34,000人
高齢者 約8,700人
高齢化率 25.5%

地域住民の全世代に認知症や支え合いについて発信したい思いから・・・
地域住民向けにフォーラムを開催しよう！

自治会長さん、地区社協さん、
介護事業所さんも一緒に！

【内容】

講演「認知症って何？認知
症とともに生きるまちづくり」
朗読・劇
小学生の合唱ステージ
川柳表彰式
安積町音頭

【フォーラム開催に向けて・・・】

川柳募集

テーマ「認知症」「地域の支え合い」

町内へ回覧板

小・中学校へ依頼

約640人より、1,000首を超える川柳の
応募があった。

本人ミーティングを開催。

本人の声をもとにした朗読、劇。



郡山市安積町の活動②

『あさかまち未来博』

～認知症になっても支え合える安積町を目指して～



認知症の
正しい理解

約200名が参加



安積町での
活動をPR
介護サービスの
紹介も！



郡山市安積町の活動③

本人の声をもとにした寸劇



頑張っているみなさんの
笑顔のスライドショー



小学生の合唱♪



川柳の表彰式



優秀作品を
のぼりに！



郡山市安積町の活動④

【フォーラム参加者のみなさんの声】

地域で人と人が支え合い、笑顔あふれる町になれるよう協力していきます。

5人に1人が認知症になると言われている。自分のこととして考えられるようになるといい。

様々な年代を巻き込んでの安積町の支え合いを感じることができた。

若い人たちもいて安心した。

これからも、地域の皆さんの声を大切にしながら、認知症になっても安心した町づくりを目指して行きます。

地域の皆さんと一緒に、認知症や支え合いについて発信し続けます。



のぼりは各町内会に
配布し、集会所
などにあげていただい
ています！



認知症本人視点支援体制構築に向けて・・・

認知症本人向け冊子「郡山市ともにあゆむ・ともに生きる～認知症になってもよりよく暮らしていくために～」の発行



この冊子は認知症への不安を感じている方や認知症と診断を受けた方に向けてつくりました。

また、認知症の本人の気持ちをいろいろな方に知ってもらうために家族や周囲の人、地域の人どなたでもご覧いただけるものです。

この冊子の内容について

- ◆ 一足先に認知症の診断を受け、日々暮らしている**本人の声**をのせています。
- ◆ 気持ちを整理するため、**自分の気持ちをメモ**することができます。
- ◆ **自分の大切なこと、やりたいこと**などメモすることができます。
- ◆ **暮らしに役立つ情報**をのせています。

気持ちがまだ落ち着かないことも
あると思います。

これからが少しでも楽に、
楽しい日々になりますように。
この冊子をどうぞ御活用ください。



認知症地域支援推進員活動の課題について

認知症地域支援推進員の課題

- ・ 認知症地域支援推進員になったけど、何をしたらいいかわからない。
- ・ 包括業務との兼務でどうしても包括業務が優先し、推進員業務は後回しになりがち。
- ・ 推進員の活動は目で見えにくい。
- ・ 市内では介護事業所や医療機関など社会資源がいっぱい。でもどこから声をかけていけばいいかわからない。



認知症地域支援推進員活動の課題解決に向けて

エリアでの活動

- ・推進員も1人で抱え込まない。
- ・まず、元々関係ができている推進員同士での団結。（包括職員だから顔見知り）
- ・1人では諦めてしまうやりたいことを声に出す。



エリアにこだわらず、仲間づくりはいろいろ

- ・本人、家族
- ・地域住民
- ・同じ地域包括支援センター内
- ・同じ法人内
- ・身近な事業所
- ・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 など

ちょっとした工夫や
きっかけづくりで
本人・家族・関係者が
つながり、進んでいく

認知症地域支援推進員活動を共有

年度初め・年度終わりに関係者で共有

年度初めには活動計画を関係者で共有
活動の方向性を統一

年度終わりにには活動報告を関係者で共有
お互いの活動を参考に
活動を発展



関係者

地域包括支援センター・認知症初期集中支援チーム

- ・ 認知症疾患医療センター・認知症の人と家族の会
- ・ 認知症カフェ・認知症キャラバンメイト



認知症地域支援推進員活動の今後について

今後の活動・取組の方向性

- ・活動計画を単年度単位で終わらせることなく、振り返りを行い、残された課題は、次年度へつなげていく。
そのため、年度内に終わらせようと無理はしない。
- ・計画・目標を立て、活動の評価・達成度を確認し、今までの成果を振り返る。
- ・月1回の打合せでお互いのがんばりを共有する。

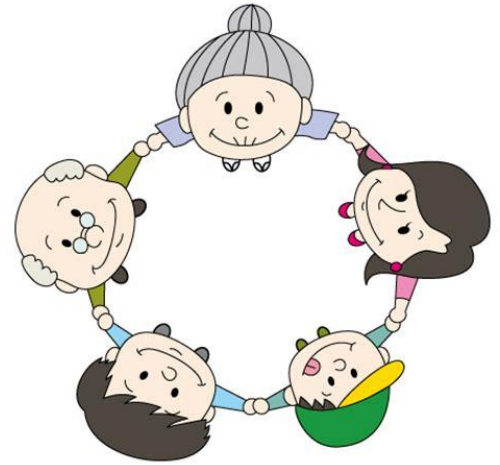
具体的な取組

- ・認知症の周知啓発を継続（重要）
- ・認知症の診断直後や認知症かもしれないと思っている方ができるだけ早い段階で、どこかの相談機関につながる支援。
- ・上記2つの手段として、気軽に認知症のことを知ることができたり、身近な相談先となるよう認知症カフェを拡充。

自分のことをわかってくれる人をつくる

最後に . . .

- ・ 本人、家族、地域住民の声を聞く。
- ・ 顔の見える関係づくりを。
- ・ 1人で悩まない。
- ・ 仲間をつくる。
- ・ やりたいことを言葉にする。
- ・ 考えるだけでなく、まずはやってみる。
- ・ 自分自身も楽しむ！



みなさんを
応援しています★

