

認知症地域支援推進員のみなさんへ

推進員通信 No.2

今の時期を大切に、いっしょに、一步一步！



秋風が吹き始めていますが、まだまだ暑い日もあり、季節の変わり目。
みなさん、お元気でお過ごしでしょうか？

新型コロナウイルス感染対策に加え、自然災害への対応や備えなど、試行錯誤しながら奔走されておられる日々だと思います。

9月は、世界アルツハイマーデー・アルツハイマー月間。
例年になく厳しい条件の中でも、「ピンチをチャンスに！」と全国各地の推進員さんが、あの手この手のトライアルをしています（裏面参照）。

東京センターでも、新たな試みとして、オンラインを活用した
【すいしんいんオンラインセッション】を10月からスタートします。

全国どこからでも参加でき、推進員同士が日頃の活動の情報や知恵を
のびのびと語りあう、研修とは一味違う自由で楽しいセッションです。
ちょっと気軽に参加し、日々の活動のヒントと元気、
そして、つながるきっかけにしていいただければ幸いです。



【すいしんいんセッション 4回シリーズ】のお知らせ ～オンラインでつながろう！学びあおう！～

- ◆ コロナの時代の今、全国どこからでも、オンラインでつながって、一緒に学びあいましょう。（参加費無料）
- ◆ 大綱を活かしつつ、推進員活動を進めていく上で、今、大切な4つのテーマを設定し、4回シリーズで開催します。4回すべての参加、大歓迎です。参加可能な回のみ、あるいは1回だけの参加もOKです。
- ◆ 毎回、以下の3ステップでセッションを進めます。参加登録した方に詳細をお知らせします。
① 推進員さんの活動の動画を見よう → ② 質問等をどんどん出そう → ③ オンラインセミナーで、意見・情報交換しよう！
* オンラインセミナーはZOOMを利用します。PCが望ましいですが、スマートフォン・タブレット等の端末からも参加できます。
* ZOOM接続テスト日があります。初心者の方もこの機会にぜひトライを。
* 地域の中のZOOMができる場所に集まって、一緒に参加する方法もあります。

※ ベテランの推進員さん、新任の推進員さん、そして行政のご担当者や関係者も、声をかけあって、ぜひご参加を。
※ 10月初めに参加の登録方法や詳細をお知らせします。

回	テーマ	動画配信開始 予定日	質問・情報等 受付開始予定日	オンラインセミナー 開催日・時間
第1回	本人の声を起点に暮らしと地域を共につくろう！	10月1日(木)	10月1日(木)	10月28日(水) 15時30分～17時00分
第2回	コロナ禍でこそ、つながろう、つなげよう	11月1日(日)	11月1日(日)	11月25日(水) 15時30分～17時00分
第3回	居場所を拠点に、本人がやりたいことをかなえ、一緒に変身！	12月1日(火)	12月1日(火)	12月22日(火) 15時30分～17時00分
第4回	無理なく、長く、着実に、 地域に根差す、見守りネットワークを	1月4日(月)	1月4日(月)	1月27日(水) 15時30分～17時00分



1. コロナの時代の今だからこそ：推進員活動のヒント

- ◆「認知症カフェや集いの開催が難しい」、「講座や研修を開催できない」、「イベントの開催が危うい」などなど、予定していた活動を進められずに悩んでいる推進員さんからの声や相談が数多く寄せられています。
- ◆そんな中でも、「動きづらい今、やろうとしていたことが本当に大事なことだったのか、見直している」、「何をすることが必要なのか、今まで駆り立てられるようにやっていた活動を立て直す良い機会になった」、「ピンチをチャンスに！」といった声も聞かれています。
- ◆ここでは、全国各地の推進員さんの活動の中から、「今だからこそできる」活動のヒントをお伝えします。新型コロナの感染がまだしばらくは続き、冬に向けてインフルエンザ感染も懸念されている中、活動をリフレッシュするご参考に。



① 一人の本人の声をじっくり聴く

- * 相談を受けた人やカフェで出会った本人の声を、一人ひとり電話や訪問をして、じっくりと聴いてみた。
- * 話しながら本人がだんだん活き活きし、喜んでくれた。うれしかった。
- * 本人が表せていなかった思いや願いをたくさん発見。
- * 聞いた声をシンプルにまとめて地域の人や専門職に伝えたら好評で反響大きい。
- * 焦らず、ここからだと実感。



② ケアパスやカフェを本人と改善

- * 今ある認知症ケアパスやカフェについてどう思うか、本人たちの意見を聞きとってみた。
- * わかりにくい、いらぬ、楽しくない、など、冷や汗がでるような声、声。
- * こうだといいなあ、という声を聞いたら、改善点が具体的に見えてきた。
- * 本人に役立つケアパスやカフェになるよう本人と一緒に変えていきたい。

こうだといいなあ



③ 本人と写真を整理、つながりが育つ

- * 家にこもっているからこそできることがないか、本人や家族と相談。
- * これまで手つかずだった写真の整理を、少しずつ、本人とやってみることに
- * いつ頃どこで誰と撮ったか、整理しながら本人がぼつりぼつり語り活き活き。家族もびっくり、よろこぶ。
- * 本人お気に入りの小さな写真集と一緒に作る。
- * 本人とケアマネや支援者の理解・つながり・連携の必需品に。



④ 仲間の声を聞いて回る

- * 集まりやイベントができず、関係者の士気やつながりが弱まりそうで心配。
- * 今後も仲間になってもらいたい人（専門職、地域の人）に会いに行き、地域への思い、やりたいことを聞いた。
- * 地域をよくしたい、こんなことをやりたいという思いを持つ仲間の具体案が沢山！勇気が湧いた。
- * 仲間の写真と言葉を載せたチラシを作成。つながりを保ち、次の展開の土台に。



⑤ 密を避け戸外に。地域の力再発見

- * 室内での活動は密になり、難しい。
- * でも、出かけた、出会いたい、楽しみたいという人たちが大勢いる。
- * 密を避けて集まれるいい手はないか。周りに言い続けていたら・・・。
- * 公園やお寺の境内を散歩しよう、うちの空き地で一緒に畑仕事しよう。少人数で大型店舗に買い物に行こう等、みんなのアイデアがすごい。
- * 地域の人々の力も借りて試行中。



⑥ オンラインで新たなつながりが広がる

- * オンライン会議をやったことがなく、何をしたらいいか不安だらけ・・・。
- * 正直に、「苦手だから誰か教えて」と職場や地域にお願いして回った。
- * そしたら、あまり関わりのなかった他の部署の事務職の人や地域の病院の若手職員が協力してくれることに。
- * 地域の多職種や本人、家族の中にもやってみてほしい人がいた。
- * 失敗も含め、一緒にやってみながら新たなつながりと協働が生まれている。



2. 世界アルツハイマーデー・アルツハイマー月間：推進員としてのアクションを

- ◆ 9月は国の内外で認知症を共に考え、アクションをおこす月です。各地で推進員が、企画や準備、実施に奮闘しています。様々な取組を厚労省のHPでご覧いただけます。

➡ <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/alzheimerday2019.html>

- ◆ この機を活かして、大綱がめざす「希望をもって、共に生きる地域」づくりに向けて、推進員が本人とともに、わが地域ならではのつながりを育てながら、「希望のリレー」に取り組んでいます。

➡ <http://www.jdwg.org/>

- ◆ 要注目！厚労省では、全国各地の40代から80代の様々な年代の本人が、地域の中で自分らしく生きていく姿と声を「希望の道」という短い動画にまとめて、今後、順次発信していきます。今、「本人からのメッセージ」として、ダイジェスト版を視聴できます。

➡ https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/ninchi/kibou.html

情報を、地域の本人や家族・地域の人、多様な専門職にも伝え、話し合い、自地域ならではの活動を！

お問い合わせ・情報提供はこちらへ

認知症介護研究・研修東京センター 推進員研修担当

suishinin@dcnet.gr.jp