

令和5年度 地域包括ケア応援セミナー

**認知症における『空白の期間』とは**  
**～若年性認知症サポートセンターの活動等より～**



(公社) 認知症の人と家族の会  
副代表理事 花俣 ふみ代



# 団体概要 公益社団法人 認知症の人と家族の会

## 1980年京都で結成

- 何の社会的な理解も支援もなかった時代に家族どうしの励ましあいから始まり、一貫して、認知症の人と家族を支え、社会に認知症の理解を求めて、40年余～全国各地で活動している。
- 全ての都道府県に支部があり、約一万人の会員とともに「認知症があっても安心して暮らせる社会」を目指している



## 「家族の会」支部活動の概要 2019年度

総会員数（賛助会員を含む）	10,841
世話人数	1,056
支部会報発行部数	31,890
つどい開催数	4,119
つどい総参加者数	48,963
のべ相談件数	14,748
委嘱委員	999
アルツハイマーデー講演会 参加者数	7,761

## 活動の三本柱・その他

①家族のつどい ②相談 ③会報

啓発・国際交流 調査・研究 行政への提言・要望

若年期認知症・本人への取り組み～等

## 家族の会 三本柱の活動 (埼玉県支部)

### つどい

- ・ 本人や介護家族同士で集まり、理解し合える会員同士の交流会、情報交換、悩みの相談の場です。
- ・ 県内各地で開催されており、家族は互いに語り合い励ましあっています。  
**令和4年度実績：104回開催、1117名が参加**  
**(コロナ禍で半減したが回復傾向)**

### 電話相談

- ・ 介護体験のある家族の会の世話人が、電話で悩み相談などを受け付けています。  
**(開設時間：月・火・水・金・土 10:00~15:00)**  
電話番号：048-814-1210)
- ・ 家族のことを知られたくない方や、日中家を空けられない方も、電話により日頃の悩みを話すことができます。  
**令和元年度：243日実施、相談件数706件**  
\* 認知症コールセンターの位置づけで県より委託されています。

### 会報発行

- ・ 偶数月の**年間6回・支部報「ふれあい」**を発行し、会員の介護体験記や身近なニュース、支部活動の様子などをA4版・8頁でお知らせしています。

# 空白の期間とは

引用：「認知症の家族等介護者支援に関する調査研究事業 研究事業報告書」（認知症介護研究・研修仙台センター, 平成30年3月）

## 空白の期間 I

認知症の違和感を覚えてから（疑い）  
鑑別診断（確定）に至るまでの期間

## 空白の期間 II

診断から介護保険サービスに至るまでの期間  
その期間長いほど、精神的、身体的、経済的負担感が高い



## チームオレンジによる支援

### <空白の期間を満たす>

- 空白期間を短くするのではない
- 認知症の診断 ≠ 介護保険サービスの利用
- 今までの人間関係やコミュニティを途切れさせない。
- 「空白の期間」を満たすことで、認知症の進行を緩やかにする。

### <チームオレンジによる支援とは>

- 一方的な「お世話」ではない。対等な関係でともに歩んでいくこと。=> **共生**
- 認知症の人やその家族が「こうしたい、これをやりたい」という**ニーズ**に応える。
- 認知症の人の声を、あらたまった「聴き取り」ではなく、雑談やリラックスした雰囲気の中ででてくる言葉を拾いながら、併せて家族の意向も尊重しつつ  
**やりたいこと（生きがい）**を実現するためのサポート
- ピアサポート（本人ミーティングやカフェ）による仲間づくり

# オレンジチュータによるチーム立ち上げ支援の流れ

## ①ステップアップ講座開催

- 「チームオレンジの基本」➡ チーム員は**ステップアップ講座**の受講・受講予定のサポーターで構成
- 講座については自治体により内容は異なる。「認知症」について正しい理解をする、というより、「**認知症の人**」について**正しく理解する**ためにという視点で組み立てる（オレンジ大使の講話を取り入れる等）  
グループワーク
- (1) 自分が認知症になったときにどのように生きていきたいか、何ができるか、どんなふうに支えてもらいたいかなど
- (2) (1)で出たことに対して、そのために必要なこと（支援の内容や取り組み等）を上げてもらう

## ②立ち上げ会

- ステップアップ講座受講者に、チームオレンジ立ち上げのために再度集まってもらう。
- グループワークが主体となることが多く、テーマは「チームとして何ができるか」など。
- 集まった人たちに**チーム員であることを意識してもらう**ために、できるだけ時期を開けずに開催することが望ましい。
- 立ち上がったばかりで、活動の方向性をすぐには整えられないため、**定例会を開催することを提案**し、日程等を決める。
- チーム名を決める場合もある。

## ③定例会

- はじめは認知症の人とその家族への支援を考えるのではなく、**当事者と出会う**ことを考える。  
そのために**カフェや介護者のつどい**などへ出ていく。その上で出てきた課題などが活動の方向性につながる。
- カフェのあり方についての課題（当事者の参加が少ないなど）を抱えている場合もある。
- チームの**拠点が**ないことが多いので、定例会会場の確保も**行政や地域支援推進員の役割**として重要



令和4年度 厚生労働省 老人保健健康増進等事業  
「チームオレンジの整備促進に関する調査研究」

**認知症になっても  
安心して暮らし続けられる  
地域づくりに向けて**

本人を中心としたチームオレンジの整備



令和4年度 厚生労働省老人保健健康増進等事業  
「チームオレンジの整備促進に関する調査研究」

認知症になっても  
安心して暮らし続けられる地域づくりに向けて  
～本人を中心としたチームオレンジの整備～



[https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/  
file/column/opinion/pdf/2304\\_mhlw  
krouken\\_report9\\_01.pdf](https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/column/opinion/pdf/2304_mhlw_krouken_report9_01.pdf)

# 若年性認知症支援コーディネーターについて

## 【若年性認知症支援コーディネーターとは】

2015年度の認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）に基づいて、各都道府県に若年性認知症の相談窓口が設置され、関係機関の調整役として若年性認知症支援コーディネーターが配置されることとなった

## 【若年性認知症支援コーディネーターの役割】

- 若年性認知症支援コーディネーターは、若年性認知症の人のニーズにあった関係機関やサービス担当者との「調整役」になることが期待される
- 必要に応じて、職場や福祉サービス事業所等と連携し、就労継続や居場所づくりに働きかけるなど、本人が自分らしい生活を継続できるよう本人の生活に応じた総合的なコーディネートを行うことが求められる



# 若年性認知症サポートセンターの業務

## 1. 相談窓口（本人・家族・専門職・企業等から）

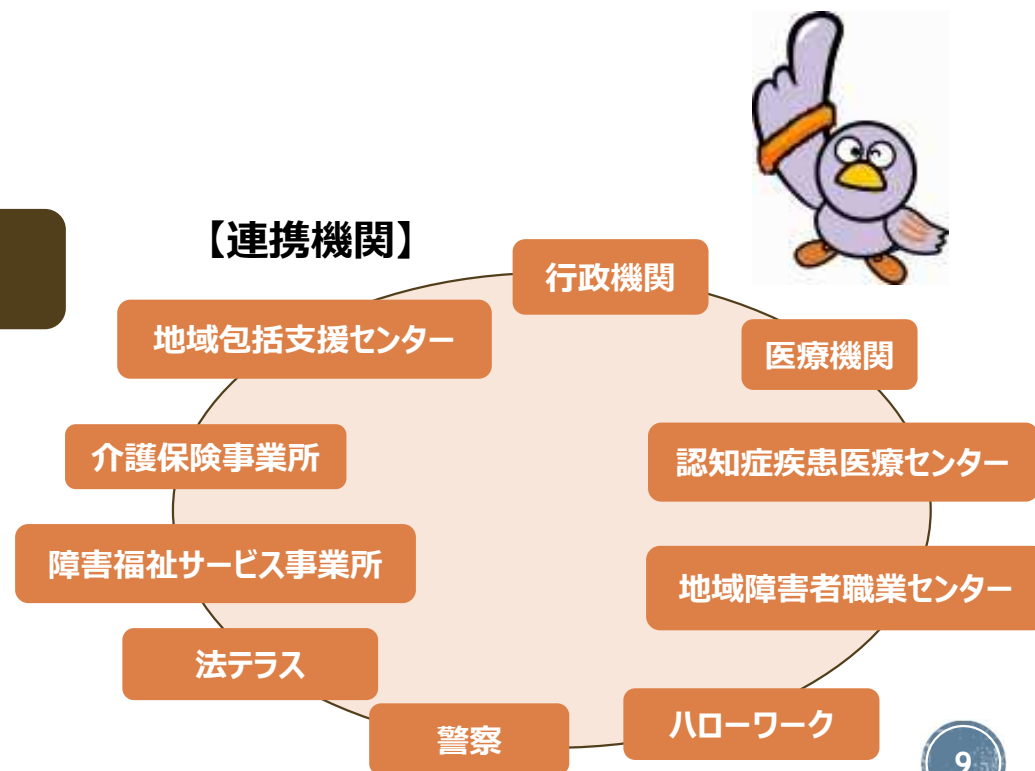
埼玉県では若年性認知症支援コーディネーターを3名配置し、事務所を構え、2020年からは若年性認知症サポートセンターとして活動している

## 2. 若年性認知症支援連携体制の構築

## 3. 若年性認知症の人や家族のつどいの開催

## 4. 企業等への雇用継続理解促進事業

## 5. 就労等社会参加支援



# 2022年度 若年性認知症サポートセンターの相談実績

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月		総合計	
	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数	新規	延件数
本人		18	3	17		28		22	3	21	3	29	1	28	6	21	1	14	2	20		16	2	17	21	251
家族	9	60	4	71	3	73	4	47	5	80	11	71	6	67	8	60	6	69	4	57	9	53	5	64	74	772
職場・企業（産業医含）		2		7		8	1	1	1	5		1		1				1		2		1	1	3	3	32
医療機関	1	2	1	3	2	4		4	1	5		3		1				3			1	1		1	6	27
市町村担当課		2		3		4	1	7				5		4		4		11		10		1		4	1	55
地域包括支援センター		11		11		9		12		12		9		12	1	10		5		9	1	10	3	15	5	125
居宅介護支援事業所		3	2	18	2	8		6		11	1	8		5		3		6	2	8		6		3	7	85
年金事務所・社労士等		3		1		2		1		3		7		1		1		1		1		2		2		25
障害福祉サービス事業所		1								2		3		3		2				1	1	1		3	1	16
障害者就労支援関係事業所		8		4		2		4				5		4		4		2				1		1		35
その他	2	20	1	8		3		10	1	7		8	2	10	2	11		1		7	1	7		8	9	100
月別合計	12	130	11	143	7	141	6	114	11	146	15	149	9	136	17	116	7	113	8	115	13	99	11	127	127	1,523

- ◆ 年間延べ相談数は1523件、1か月平均127件
- ◆ 年間新規相談数は127件、1か月平均11件
- ◆ 家族からの相談が最も多く、次に本人、地域包括支援センターと続く
- ◆ 医療機関からの相談と企業からの相談が同じくらいとなっている

# 50代独身男性が自信を取り戻した事例

- X てんかん発作で通院している主治医から若年性アルツハイマー型認知症と診断され、本人が市の障害福祉窓口に相談し、若年性認知症支援コーディネーターを紹介された自宅に訪問し本人より、障害年金だけでは生活費が足りず、少しでも働いてお金を稼ぎたい同じ病気の人と会ったことがないので、会ってみたいとの希望を確認
- X+ 1月 福祉的就労に向け、市の障害者就労支援センターに相談  
リンクフェに初参加、その後毎週参加するようになる
- X+ 2月 B型事業所への見学、障害手帳の申請  
隣の市で開催している若年性認知症カフェに参加開始
- X+ 4月 B型事業所への通所開始 精神障害者手帳 3級決定  
リンクフェのスタッフとして関わることになる
- X+ 5月 コーディネーターがB型事業所での様子を見学
- X+ 8月 大学で講義を担当する予定で現在準備中



# 個別支援をする中で本人の居場所の必要性を痛感

## 本人からは

仕事でミスをして職場での居場所がなくなった

自分で自由に行きたい場所に行けなくなった

失敗するかもしれないと思うと新しいことに挑戦できないし、やる気も出ない

失敗を恐れて気が気でなくて何をしても楽しめない

## 家族からは

仕事を辞めたらずっと家にいればよい

火を出しても困るので、家事は家族が代わりにしている

失敗してショックを受けて落ち込むのを見たくない

本人が行きたがらないし、家族も仕事があって一緒に行けない

## 専門職からは

若年性認知症の方のサービスがない

高齢者の方ばかりの居場所だと行きたがらないだろう

若年性認知症初期の方の相談経験がなく、どう支援したらよいか分からない

- ・ 同じ思いでいる若年性認知症の本人同士が出会える場
- ・ 本人が安心して楽しめ、家族も安心して送り出せる場
- ・ 専門職が初期の若年性認知症の本人に出会える場



**本人が集まる若年性認知症の人の居場所をつくりたい!!**

## 皆さんの居場所はいくつありますか？

- 社会とのつながりの中で  
(職場や地域のつながりの中で)
- 家族の中で  
(自宅や実家、子どもの家等)
- 昔からのつながりの中で  
(趣味活動、ママ友、同級生、幼なじみ等)

大人になれば多くの方が複数の居場所を持ち、その場での役割を担い本人らしさの一部を形成している



病気になってもこれまでの居場所がそのまま継続し、心地よい居場所であれば、あえて新しい居場所を探す必要はないでしょう  
しかし、多くの若年性認知症の方はそれまでの居場所を失ってしまっている

# 居場所を作る支援（行き・活き・生き場所）

○まずは大前提の理解

人が生きていくうえで、居場所があるというのは大事なこと  
私たちはみな自分の居場所を持ち、居場所を探している

○居場所とは

- ・自分の心が落ち着くところ
- ・「わたし」でいられる空間。雰囲気
- ・「わたし」を受け入れてくれる空間
- ・こころの支え

○私たちは、自分で居場所を作る、見つけることができる

認知機能に障害が現れるとその居場所を自分の力で見つける事が困難になる

➔ 居場所を作る「支援」・「継続する支援」が求められる



## 居場所ってどんなところ？

社会と  
つながる場

自分が他者に必要とされている場所であり、そこでは自分の資質や能力を社会的に発揮することができる場所

人と  
つながる場

自分であることをとり戻すことのできる場所であり、そこにいと安らぎを覚えたり、ほっとすることのできる場所

※必ずしもいつも決まった場所（スペース）が必要なわけではなく、そこに集まる人との関係性や繋がりが大切なのは

# リンカフェをオープン

若年性認知症の方やその家族、支援者が自由に集える場を作ります。

## リンカネーションカフェ (通称リンカフェ) オープンします♡



6月6日から 毎週木曜日



予約は不要ですが、お盆と年末年始等はお休みすることがありますので、事前にご確認ください。

昼食は持参してください!! 飲み物はこちらで準備いたします。

**10:00~11:30** までは卓球台を設置します。体を動かして日頃のストレスを発散するもよし、自分が好きな楽器を持参し演奏するもよし、フラモデルや編み物をするもよし!!  
自分の好きなことを自由にできる時間と場所にしたいなと思っています。卓球のラケット等はありますが、その他必要物品はご持参ください。



**11:30~14:00** までは各自持参した昼食を食べながらおしゃべりタイムになります。  
若年性認知症の本人が、本人の立場で相談に応じることもできます。専門職に相談したい方ももちろん大丈夫です。

気になる方は是非一度遊びに来てください。



お問い合わせ：若年性認知症支援コーディネーター 担当 松本  
住所：さいたま市浦和区常盤3-12-17 日建プリムローズ常盤第3 1F  
電話：048-814-1212 FAX：048-814-1211  
メールアドレス：jakunen2017@sage.ocn.jp



毎週木曜日 午前の部10:00~12:00  
午後の部13:00~15:00

## 若年性認知症の方が集える場 リンカフェ

若年性認知症の方とその家族、支援をしている専門職の方等が参加できます



若年性認知症の当事者がお  
待ちしています。

若年性認知症支援コーディネーターが様々な相談に対応します。

参加希望の方はご連絡下さい ☎ 048-814-1212

**主催** 若年性認知症サポートセンター  
(埼玉県、さいたま市委託事業)

**場所** さいたま市浦和区常盤3-12-17 日建プリムローズ常盤第3 1F  
JR京浜東北線 北浦和駅 西口 徒歩7分

**E-mail** jakunen2017@sage.ocn.ne.jp

2019年6月に若年性認知症の本人がスタッフとなり、リンカフェをオープン

### 【目的】

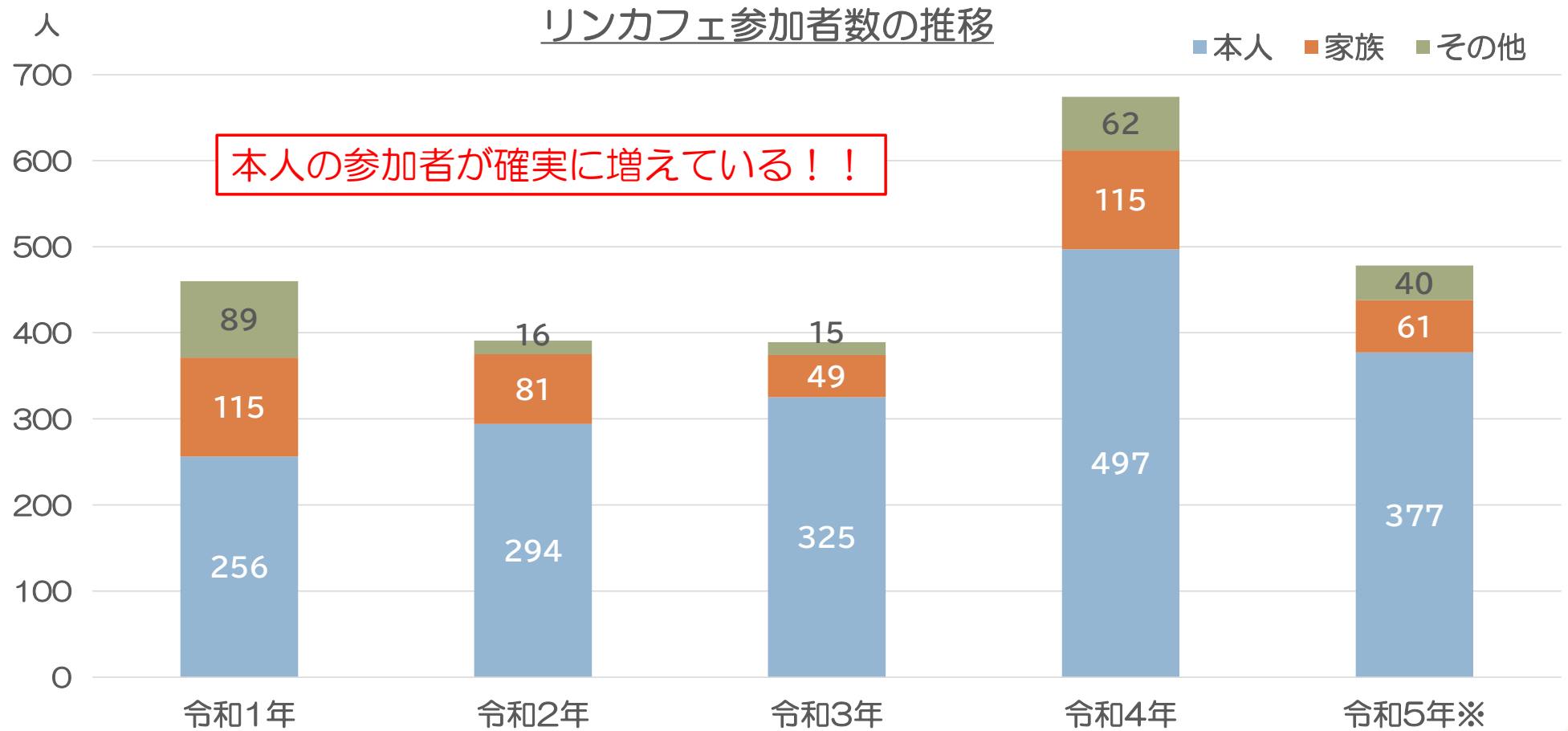
- 若年性認知症の本人の活躍の場所
- 本人同士が出会える場所
- 本人が楽しめる場所
- 本人、家族がホッとできる場所

### 【参加者】

- 若年性認知症の本人
- 家族・支援者等



# リンカフェの参加者実績



※令和5年9月末までの集計



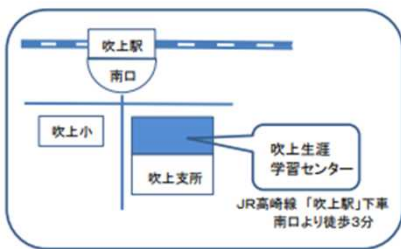
# 若年性認知症カフェを身近な場所にもっと作ろう

## 若年性認知症 本人つといて ブルーメンの会

このつどいは、若年性認知症の方、認知症ではないかと心配されている方が集い、語らう場です。  
『認知症』は、決して何もわからなくなる、できなくなるというばかりの病ではありません。  
生活の中で工夫をしたり、楽しみをみつめて、生き活きと暮らす仲間がいます。  
悩み、不安、希望を含め、いろいろな話を一緒にしてみませんか。  
参加は無料です。

### 令和5年度日程

開催日時	開催時間	会場
令和5年 5月11日(木)	10:00~11:30	吹上生涯学習センター 研修室1
7月13日(木)		
9月14日(木)		
11月9日(木)		
令和6年 1月11日(木)		
3月14日(木)		



【問い合わせ先・参加申し込み先】  
鴻巣市認知症地域支援推進員  
(担当: 石井・坂内ばんない)  
☎048-596-2283

埼玉県若年性認知症  
サポートセンター  
☎048-814-1212

毎月第1土曜日 14:00~16:00

## 若年性認知症の方が集える場 がーやカフェ

若年性認知症の方とその家族、専門職の方、どなたでも自由に参加できます  
密を避けるため、事前申し込み制とし定員を12名としています



**申込方法** 完全予約制 1週間前までにお電話又はメールでお申し込みください  
※開催時間中 入退は自由になります

**費用** お一人様につきワンドリンクのご注文をお願いします(有料:350円~)

**場所** 「コミュニティ café そらはな」

埼玉県越谷市花田7-10-3 キーウエスト1F ※令和4年9月に移転しました  
☎:048-940-5097

東武スカイツリーライン「越谷駅」東口  
東武スカイツリーライン「新越谷駅」/JR武蔵野線「南越谷駅」  
より、バスにて「花田苑入口」下車 (100m)

**申込先** 越谷市 地域包括ケア課  
☎: 048-963-9163  
または  
若年性認知症サポートセンター  
☎: 048-814-1212  
メール:jakunen2017@sage.ocn.ne.jp



毎月第4火曜日 14:00 ~ 16:00

## 若年性認知症の方が集える場 ハルカフェ

若年性認知症の方とその家族、支援をしている方が参加できます。

事前に参加申し込みをお願いしています



【会場】  
東部地域振興ふれあい拠点施設【ふれあいキューブ】4階  
市民活動センター ばぼら春日部  
埼玉県春日部市南1丁目1-7  
東武スカイツリーライン・アーバンパークライン 「春日部駅」西口徒歩5分

### 【申込・お問合せ先】

若年性認知症サポートセンター  
☎: 048-814-1212  
✉: jakunen2017@sage.ocn.ne.jp  
春日部市第5地域包括支援センター  
☎: 048-734-7631  
春日部市役所 介護保険課 地域支援担当  
☎: 048-736-1111



# カフェ参加者の声

とにかく楽しい場所  
主治医に紹介されて  
来てみたら、みんなの  
笑い声にびっくり

絶対に忘れてはいけな  
いところ、絶対に来たい  
ところ

みんなで卓球とカラオ  
ケをするのが大好き

自然体でいられるところ  
失敗しても大丈夫なところ

仲間と会える

雰囲気アットホーム  
みんなが優しい、こんな  
ところ初めて  
温かく迎えてくれた

色々なことを先輩から  
聞ける  
元気をもらえる

出来ることがあればみんなと  
楽しくやりたい  
またやってみようと思った

身近なところにもこんなと  
ころがあったらいいな

# 居場所 : 新しい社会参加の場 (機会) をつくる

【埼玉県オレンジ大使任命式】



【講演会でオカリナを披露】



【看護大学での授業】





# 「誰かの役に立ちたい」のおもいも大切に

イオンアグリ創造株式会社 久喜農場との協同企画  
社員が若年性認知症となり今後の対応を相談して下さったことをきっかけに!!

トマトの収穫が終わったビニールハウスの片付け



トマトの収穫



本人・家族・支援者総勢27名でお手伝い

# 若年性認知症の方の支援には本人・家族の声をよく聞いて



若年性認知症サポートセンターでは、地域の専門職の方々と連携して若年性認知症の方の支援、居場所づくりに取り組んでいきたいと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。





ご清聴 ありがとうございます

公益社団法人 認知症の人と家族の会

もっと知ろう もっと語ろう  
にんちしょう  
認知症

9月21日は  
世界アルツハイマーデー

認知症になっても安心して暮らせる社会を

9.21 WORLD ALZHEIMERS DAY 30th