

# 認知症とともに生きる社会

～ウィズコロナ、認知症支援のこれから～

---

社会福祉法人東翔会  
グループホームふあみりえ  
大谷るみ子

# 大牟田市認知症ライフサポート研究会 ～21年間の活動～

## オールドカルチャー

1. 認知症だから仕方がない
2. 認知症になると何もわからなくなる
3. 認知症は本人より周囲が大変だ！
4. 病気や症状ばかりに着目し、問題行動にのみ対処
5. 家族や一部が抱え込み、負担が増大
6. 行政や病院、施設にお任せ！

パーソンセンタードなケア、社会へ

小中学校絵本教室  
ほっと・あんしんネットワーク

認知症本人交流会  
メモリーウォーク

地域包括ケア

地域共生社会

認知症コーディネーター養成研修  
地域認知症サポートチーム

## ニューカルチャー

1. 認知症でも治療やケアの効果が期待できる
2. 認知症でも感情や心身の力が豊かに残っている
3. 本人中心、本人理解が基本
4. 病気や症状ではなく認知症の「人」に着目
5. 専門職と地域がチームで関わる
6. 地域全体で見守る

年老いても認知症でも、誰もが安心して暮らせる社会

パーソンセンタードな社会をつくるために

# 人材育成とライフサポート

---

❖大牟田市認知症ライフサポート研究会・・・市と協働し人材育成に取り組

❖デンマークをモデルにした認知症コーディネーター養成研修～パーソンセンタードケアのけん引役、まちづくりの推進者の育成

❖2003年スタート～現在、18・19期生が学んでいる。2年間、約380時間の長丁場の研修・・・共通の価値観と共通のミッションを育てる

155名の修了生が市内のさまざまな事業所、分野で認知症ケアに従事

初期から終末まで、認知症の人が辿る先々で連携、支援

健康期・MCI（初期）

中期（中重度）

ターミナル期

かかりつけ医  
もの忘れ相談医  
訪問歯科、まちかど相談薬局



専門医



認知症疾患  
医療センター



急性期病院・精神科病棟  
認知症治療病棟

在宅療養  
支援診療所

健康づくり・介護予防

地域支援事業

介護保険事業

もの忘れ  
相談検診



地域包括支援センター



居宅介護支援事業所



認知症  
コーディネーター

本人

サ高住・有料老人ホーム



認知症カフェ・DLBカフェ



訪問介護・訪問リハビリ・訪問看護

通所介護・通所リハビリ・認知症デイ



本人交流会・本人ミーティング



小規模多機能型居宅介護

認知症高齢者グループホーム



在宅介護者の会  
家族の集い・語らう会



短期入所・特養・地域密着特養・老健

認知症何でも相談

地域認知症サポートチームと認知症コーディネーターによる個別支援



認知症  
コーディネーター

介護予防拠点・地域交流施設、成年後見センター、NPOライフサポートセンター、居住支援協議会、大牟田ほっと・安心ネットワーク、小学校20校区の住民ネットワーク、小中学校での絵本教室、生活支援コーディネーター、相談支援包括化推進員など

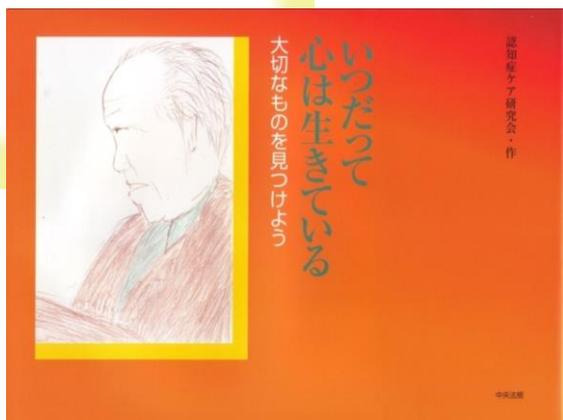
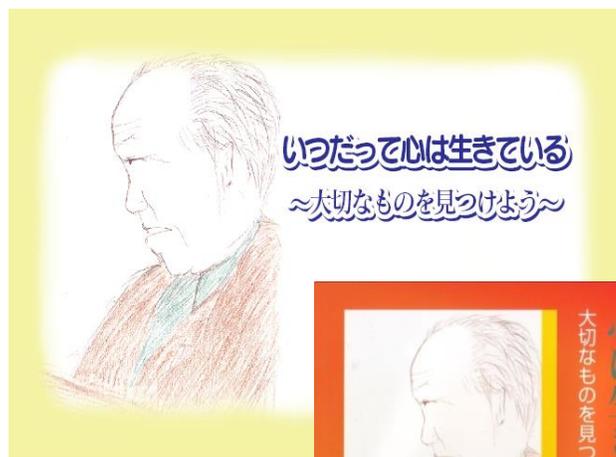


職場・同僚、趣味仲間、サークル、地域住民、民生委員、老人クラブ、住民サロン、校区独自の地域活動など



# 今だから読みたい 絵本「いつだって心は生きている」 一つ一つの物語で伝えたかったこと

認知症のおじいさん・おばあさんの気持ち、家族への愛情や、温かく見守るボク（主人公）や家族、地域の姿が描かれています



## 3つの物語 Three stories

### 第1話 Episode 1

こわい夢 本人の願い、家族への愛情

### 第2話 Episode 2

くしゃくしゃ笑顔とやさし顔  
できることに目を向けること、認知症の人への目線

### 第3話 Episode 3

ぼくのおじいさんは冒険家  
その人らしさを地域の中で受け止める地域のつながりの大切さ

# 18年目になる絵本教室の目的は？

1. 高齢者を敬う気持ちを育てる
2. 困っている人や友達への思いやりの心を育てる
3. 障害があっても認知症であっても、一人の人として大切な存在であることを学ぶ
4. 共に支え合う地域社会の大切さを学ぶ・・・地域共生社会をつくろう！  
【子どもたちも家族の一員、地域の一員】
5. 認知症について正しく理解する

絵本に描いているのは  
認知症の人へのまなざしと社会のあり様

# SDGs 17の目標

「誰も置き去りにしない」  
世界を目指して



**S**ustainable  
**D**evelopment  
**G**oals

= 持続可能な開発目標



住み続けられる  
まちづくり

誰も排除しない  
認知症であろうとなかろうと  
みんなが繋がって  
暮らせるまち



SDGsにコミットした取り組みに~り子ども世代は、まちづくりに欠かせない

## ウィズコロナ：絵本教室と認知症の本人との交流

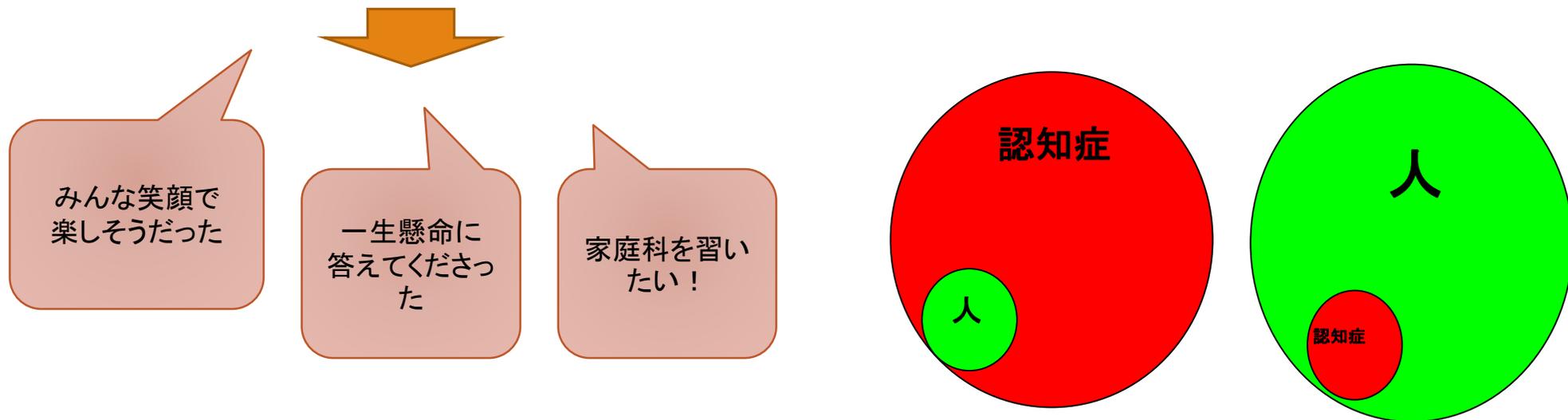
大牟田市の絵本「いつだって心は生きている」を活用して**絵本教室**実施

インターネットなどで認知症について調べる⇒ふぁみりえとの**オンライン学習**

「認知症の種類は？」「何故後ろから声かけるのはよくないの？」「怒り出したら、どう接するといいの？」など

**認知症学習の一環でグループホームや小規模多機能ホームの利用者との交流**

「認知症」という病気ではなく「人」に目を向けることができる



## ウィズコロナ：地域のつながりをつくろう・・・宮原中学校ボランティア部との交流

準備段階・・・利用者及び家族への説明と同意(口頭) ➡ 自己紹介用のボード作成  
本人が中学生と一緒にできることについて話し合い  
本人と中学生への質問を考える

8月1日・・・みんなで自己紹介、プロフィールの紹介  
中学生には「今ははまっていること、好きな芸能人など」  
クイズやしりとりゲーム  
ボランティア部のこれまでの活動を教えてもらう  
一緒にどんなことができるか話し合う

認知症の本人  
とともに作る

中学生 & 高齢者がコラボしてボランティア活動をしていこう！  
10月14日 シトラスリボンを中学生のガイドで作成

11月19日・・・コロナと闘う南筑後保健所の皆さんへ  
プレゼント

子どもたちと本人が  
出会い  
ともに「何か」に取り  
組む

# 大牟田市ほっと・安心ネットワーク

(18年目になる模擬訓練を通してつくった住民活動)

1. 認知症の人と家族を支え、**日頃から見守る地域の意識を高め認知症の理解を促進していく**
2. 認知症により道に迷ってしまう高齢者を隣近所、地域ぐるみ、多職種協働により可能な限り、声かけ、見守り、保護していく**実効性の高いしくみの充実**
3. 認知症になっても安心して暮らせるために、「**認知症になっても安心して外出できるまち**」を目指していく

毎年、課題を抽出し、目的を再確認してきた

# 模擬訓練によって目指してきたことは？

家に帰りたい」「買い物へ行く」  
子供を迎えに行く」

目的や意味の有る行動

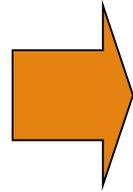
このことを地域住民に  
伝えたかった  
「人」として理解する



日頃からの周辺地域の見守り・声かけ

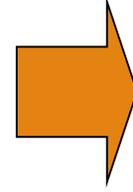
地域で暮らしている姿

認知症の人に共感し、なじみの地域で理解し、応援してくれる人をつくりたかった



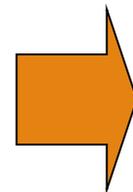
セーフティネットとしての見守り・搜索  
生活リスクとして行方不明が発生

いざというときに自分たちだけでなく、地域全体で支えてほしかった



地域で暮らし続けている姿

認知症の人もそうでない人も隔てなく水平の関係で繋がりを合えるまちをつくりたかった



認知症に優しい社会の実現

# 2015年、転換期 「徘徊」という言葉を使わない意義

JR東海列車事故裁判をきっかけに、知症＝徘徊＝問題行動＝社会的排除

➡大牟田からもう一度社会に呼び掛けよう！

2014年日本初の当事者団体:日本認知症ワーキンググループが発足 ➡当事者の声を大事に使用！  
(大牟田でも2010年に本人交流会が活動を開始していた)

「徘徊」という名称を使わないことについての意見交換(平成27年6月)での主な意見

- 当事者団体が発足し、人権を守るために活動されていることを知り、「徘徊」という言葉を使わないとする市の姿勢に納得した。
- 大牟田は今、小中学生や高校生といった次世代につながるまちづくりを行っている。次世代にしっかりと尊厳を考えたまちづくりを伝えていく上で、「徘徊」を使わないことに賛成だ。
- 以前、テレビの取材の依頼を受けて、当事者と家族に、「徘徊」されている姿を取材していいかと了解をもらわないといけなかったが、『あなたが「徘徊」しているところを取材させて欲しい』とはどうしても言えなかった。何か「徘徊」という言葉を使うことに違和感があった。

# そして今、模擬訓練は何のため？

みんなが認知症について正しく理解する

身近な地域で日頃から声かけ、見守る力を高めること

行方不明が発生した際に、セーフティーネットとなる

認知症になっても、住み慣れた地域で望む暮らしを続けられるために

認知症であろうと、なかろと、誰もが自分らしく暮らし続けるために

**大牟田がトップランナーとなって**

**地域の見守りや支え合うまちづくりが大切だということが、間違いなく価値のある時代があった**

**これからの模擬訓練は、どうあるべきか、まさに転換期**

# 丹野智文さんの言葉：本人発信、社会参加の意味

診断直後から、認知症の重度のイメージとひとまとめにされて、守らなければならないと人とされてしまう

それは周囲の心配や優しさかもしれない

「1人で外出するのを止められる」「財布を持つのを止められる」「子ども扱いされる」

「見守り」のはずだったけれど、いつの間にか管理や監視の対象とされる、水平の関係ではなく、保護の対象とされてしまう → そのことが、本人の力・希望を奪ってしまうのでは？

**守られるのではなく、目標達成のためのサポート**

自分の思いや希望を伝えながら、  
味方になってくれる人を身近な地域で見つけ、一緒に歩んでいきます！

認知症施策は、誰のための、

# 伝え続けること、議論し続けること

病気ではなく「人」の理解＝  
「人としてどう生きられるか」

なじみの人、親しい人だから共感  
できる  
地域の一員として誰も排除しない

地域とつながって  
地域とともに考え、  
築いていく

理解

共感

共歩

地域の中で  
伝え続ける、議論し合え  
る取り組みの重要性

認知症になって何も  
わからない人

↓  
認知症になっても、昔から  
知っているなじみの〇〇さん

当事者の社会参加  
当事者とともにつくる  
認知症とともに生きる

## まちづくりの途中、こんな問いかけ

---

認知症の人が気兼ねなく立ち寄ったり、参加できる「場」がありますか？

認知症の人が発言したり、役割が持てるような機会をつくっていますか？

認知症の人が安心して外出できていますか？

認知症の人や介護家族が、周囲に気軽にSOSを出せていますか？

## まちづくりの途中、こんな問いかけ

認知症の人や家族に対する偏見を無くすために、どうしたらいいか、考える機会を作っていますか？

模擬訓練や認知症サポーター講座が、認知症の人の気持ちや声を知ることを重視したものになっていますか？

認知症の人が意見を出し、参加しやすい模擬訓練になるには、どうしたらいいか、話し合う場をつくっていますか？

多世代、多分野、多職種が学び合い、集い合う場や機会ができていますか？

# 認知症ケアパスとステージアプローチ

---

- ❖ ケアパスが作られた背景・・・不適切なケアの流れを、適切なケアの流れにかえる、安易な抗精神病薬、安易な精神科への入院、施設入所をさけて、適時・適所のサービスにつなぐことで、重度化を防ぐ
- ❖ 初期から終末まで、自立支援、自己実現
- ❖ 早期診断、早期支援による重度化の予防
- ❖ そのための社会資源の情報を整理し、わかりやすく示す・・・社会資源がどれだけあるか？
- ❖ ケアパスによって、何がどう変わったのか...専門医のつぶやき「未だに早期診断できず、重度になって初期集中支援チームが関わるケースが多い」「それぞれの役割を果たすための道具になっていない」「策定後の活用、評価がなされていない」
- ❖ 専門職は、ケアパスによって、何をどう変えたのか？
- ❖ 初期集中支援チームや地域包括支援センターはケアパスにどんな役割を果たすのか？
- ❖ 医療は、全てのステージで重要な意味を持つ

# 認知症になっても安心して暮らせるまち・おおむた ～ほっと・安心ガイド～

---

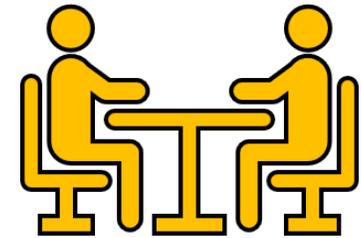
- ❖ 何のための、誰のためのガイドなのか？・・・認知症ケアパスって何？どんなときに活用するの？
- ❖ もしや認知症？と心配になったら・・・早期診断、早期支援の視点
- ❖ 認知症と診断されたあなたへ・・・当事者に向けたページ、当事者からのメッセージ、当事者の希望に合わせたページの紹介
- ❖ 認知症と診断された方の家族へ・・・家族へのメッセージ、情報の紹介
- ❖ 認知症と診断された本人・家族の支援者へ・・・専門職へ向けたメッセージ、情報の紹介、
- ❖ 認知症の人が体験していること、ライフサポートの重要性・・・ケアや支援の目標を示す
- ❖ 知っておきたい医療、予防、介護のこと、制度、大牟田市の地域づくりのこと
- ❖ 診断を受けた後の暮らしのポイント・・・症状への対応ではなく、どんな支援、社会資源があるか、事例を通して紹介している

# おれんじドア

## —ご本人のためのもの忘れ総合相談窓口—

### 診断直後からの支援

認知症と診断された人の、  
その不安を一緒に乗り越えられたら...



認知症の診断を受けて、これから先、どうなるのだろうと不安で仕方がなかったとき、私を前向きにしてくれたのは、私より先に診断を受け、その不安を乗り越えてきた認知症当事者の方々との出会いでした。この「オレンジドア」には、もの忘れなどで不安を抱えた方や認知症と診断されたご本人に、ぜひ足を運んでいただきたいと思います。

私もお待ちしております。(おれんじドア実行委員会代表 丹野智文)

## 仙台市認知症サポーター講座 テキストより認知症当事者丹野智文さんの言葉

認知症のことを勉強すると、「何かをしてあげなければいけない」「支援してあげなければならない」「サポートしてあげなければならない」となってしまう。

できないことだけサポートしてもらって、できることを一緒にするという考えをもってもらえたら、そういう方々を「パートナー」と私は呼んでいます。

# 認知症施策推進大綱:国家戦略

認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指す

## 新オレンジプラン

認知症にやさしい社会を目指す  
医療・介護・福祉分野が主

共生

## 認知症施策推進大綱

→ 認知症の本人が希望をもって過ごせる社会  
→ 社会全体として総合的に創造していく

予防

「予防」とは、認知症にならないことを目指すという意味ではなく、認知症は避けては通れない、みんなが「備える」という意味

「共生」とは、本人が認知症とともに「希望を持ってよりよく生きること、本人と地域社会が共に生きること」

認知症であろうとなかろうと、誰もがつながって「前に進む」

(2017大牟田市メモリーウォーク宣言)

# 認知症施策5つの柱

---

1. 普及啓発・本人発信支援 …… 「認知症とともに生きる希望宣言」「認知症の本人希望大使」
2. 予防
3. 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援
4. 認知症バリアフリーの推進 ➡ 若年認知症の人への支援、社会参加支援
5. 研究開発・産業促進・国際展開

団塊世代が75歳以上になる2025年までに

2022年に進捗を確認：本人視点で、本人評価を

# これからの認知症支援に向けて

---

- ・従来の事業や活動を施策にあてはめていく、数字を指標にすることからの発想の転換  
研修事業の拡大ではなく、研修の内容の見直す  
認知症サポーター養成・・・内容はほんとうにこれでいいのか？  
オレンジチューター、オレンジコーディネーター、認知症サポーター、キャラバンメイト、認知症地域支援推進員、生活支援コーディネーターなど、多くの人材をどう活かす？
- ・本人発信、本人参加の支援をどのように進めていくか、本人と考える。コロナ禍だからできるオンラインミーティング
- ・施策と介護サービス現場の乖離・・・現場で今、何がおこっているのか、現場目線で課題を共有する
- ・コロナ対策と災害対策がもたらした支援の課題・・・コロナを理由にあらゆる「繋がり」や「集い」が途絶えてはいないか？

# 認知症とともに生きる希望宣言

一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ

1. 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
2. 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
3. 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
4. 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。
5. 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを、一緒につくっていきます

# 2010年5月発足～2020年3月 本人交流会「ぼやき・つぶやき・元気になる会」

一人のご本人の「同じ病気の仲間と語り合いたい」という声から始まった

- ・毎月1回(定例会)
- ・当事者5～6名程度の集まり
- ・本人同士の情報交換、交流、社会参加活動
- ・他県の仲間とのつながり
- ・厚生労働省当事者研究チームに参加



2021年～全国各地に、本人交流会や本人ミーティングが広がっている

# 認知症の人と共に歩む街づくり



認知症にやさしいまちへ意見を出し合ったメンバーら

## 認知症にやさしいまちへ

図書館へコーナー設置

### 関係分野や市民の意見反映

大牟田

「認知症になってもやさしいまち」に向けた大牟田市のプロジェクト会議が25日、カルタックスでおおむたで開かれた。認知症の当事者や家族らを使いやすい図書館づくりから始まった取り組み。行政や市立図書館などの施設、医療・福祉関係者らが参加。開始後の5月末には、市立図書館に認知症コーナーが設けられ、早くも環境が変わりつつあるという。3回目となった会議では、スーパーなど福野を広げ意見を交わした。

## 早くも環境変わりつつある

同市は認知症になっても安心して暮らせるまちを目指し、地域住民、行政、医療・福祉分野が中心となり、まちづくりを進めている。認知症初期診断直後に「今後、自分はどうなるか」「自分のか」「そもそもこのまちな症状なのか」との相談があったことをきっかけに会議がスタート。若い世代などはパソコンやスマートフォンを利

用できれば、すぐに調べることができ、高齢者の多くは書物から情報を収集。図書館で本を探しても認知症に関する本は、医学や福祉・介護のコーナーなど点在している。そのため利用しやすい環境を目指し、5月末には認知症関連の本を並べたコーナーが図書館に設置された。今回は「べきょうなご」と、取り組みたいと「なご、グループごとに意見をまとめて発表した。参加者は、図書館から金融機関や交通機関などにも目を向けて意見。メンバーの陳列を見やすく」と高齢者も認知症にやさしいとの視点で「工夫を凝らす」「当事者の話を聞いて学ぶ」「ロコモーターを設置し普及を」「一緒に手を組んで何が不便かを見た」「学校の



図書館内に設けられた認知症のコーナー



当事者



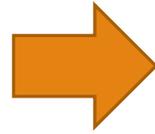
プロジェクト



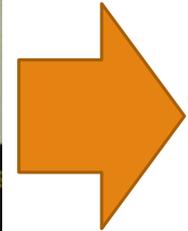
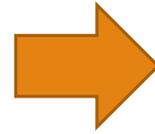
様々なセクター

# 大牟田市のまちづくりも時代とともに変わっていく

安心して外出できるまち  
安心して徘徊できるまち



当事者参加型模擬訓練  
当事者参加型絵本教室  
当事者がリーダーになる  
メモリーウォーク



認知症バリアフリー

# 認知症バリアフリー：身近なまちで

---

## 本人発信支援、社会参加

- ・ 診断直後から、本人同士が出会い、認知症を抱えて生きるこれからの支援する
- ・ 本人同士が集い、仲間を得、前向きに生きることを応援し合える
- ・ 認知症の人が働き続けるためのしくみをつくる
- ・ 認知症の人と地域住民が出会い、本人の声を聴く機会をつくる
- ・ 認知症の人が認知症の取り組みに参加し、認知症の本人の意見を取り入れる
- ・ 市役所の窓口の一つに、本人が相談者として「認知症本人相談窓口」をつくる
- ・ 認知症本人が気軽に情報にアクセスできるようにする
- ・ 本人から見るとどうか、発想の転換をしよう！世田谷区認知症とともに生きる希望条例に学ぶ