

オレンジカフェにおけるピアサポート

～認知症当事者を雇用して～

2019.9.6(金)

香川県 三豊市

一般社団法人 三豊・観音寺市医師会

三豊市立西香川病院

認知症疾患医療センター

精神保健福祉士 臼杵寛紀

香川県三豊市



三豊市立西香川病院



三豊市立西香川病院

・平成12年、国から高瀬町へ地方移譲され、国立療養所から公設民営方式(医師会運営)の病院と転換した。平成18年1月、三豊市立西香川病院となる。

《病院理念》

私達は高齢者に優しい病院を目指します。

1. 私達は高齢者の自立と尊厳を大切にします。
2. 私達は高齢者とご家族の幸せを考えます。

三豊市立西香川病院

・外来

精神科(もの忘れ)、内科、リハビリテーション科

・病床数150床

介護療養型病床30床

回復期リハ病棟60床

精神療養病棟認知症専用60床(認知症専用)

- ・重度認知症患者デイケア 50名
- ・小規模デイサービス 10名
- ・居宅介護支援事業所
- ・認知症疾患医療センター

当院の認知症に関する取り組み ～認知症啓発活動～

認知症講座の開催

- 市職員・・・認知症サポーター養成講座
- 小学生・中学生・・・授業の一環として
- 高齢者・・・老人会・サロン・介護予防事業 等

認知症講演会

- 『認知症を学び支える会』
- 『認知症を考える会』
- 『誰もが安心して暮らし続けられるわが町づくりフェア』

対象：
地域の専門職・
住民の方

認知症フレンドシップクラブ 西香川事務局



認知症当事者 渡邊康平さん と当院の出会い

渡邊 康平さん

観音寺市在住 77歳

- ・平成27年、認知症と診断を受ける。
 - ・診断直後は気分が落ち込み、体重も激減していた。
 - ・現在、認知症と診断を受けた方へのピアサポートや、各地の講演会等で自らの体験を語るなど、当事者だからこそできることに尽力している。
- 趣味は囲碁(アマチュア五段)。
認知症と共に生きる道を選び、第3の人生を楽しんでいる。



渡邊さんが当院相談員となるまでの経緯

H27年4月

- ・かかりつけ医で「**認知症**」の診断を受ける。
- ・診断結果に納得されずいくつかの病院に通院をされる。

H27年8月

- ・当院もの忘れ外来初診。

H28年2月

- ・**認知症フレンドシップクラブ西香川事務局“キックオフイベント”**に参加。西日本放送のインタビューの様子が放映された。

H28年5月

- ・**“第2回誰もが安心して暮らし続けられるわが町づくりフェア”**に参加。

当院大塚院長の講演を聞き、「今のままの自分でいい」と認知症を受け入れることができる。

渡邊さんが当院相談員となるまでの経緯

H28年10月

- ・“第1回香川県RUN伴”に参加。一般ランナーとして申し込まれ、観音寺市役所から観音寺駅までを走る。

H29年2月

- ・“第16回認知症を考える会”に参加。

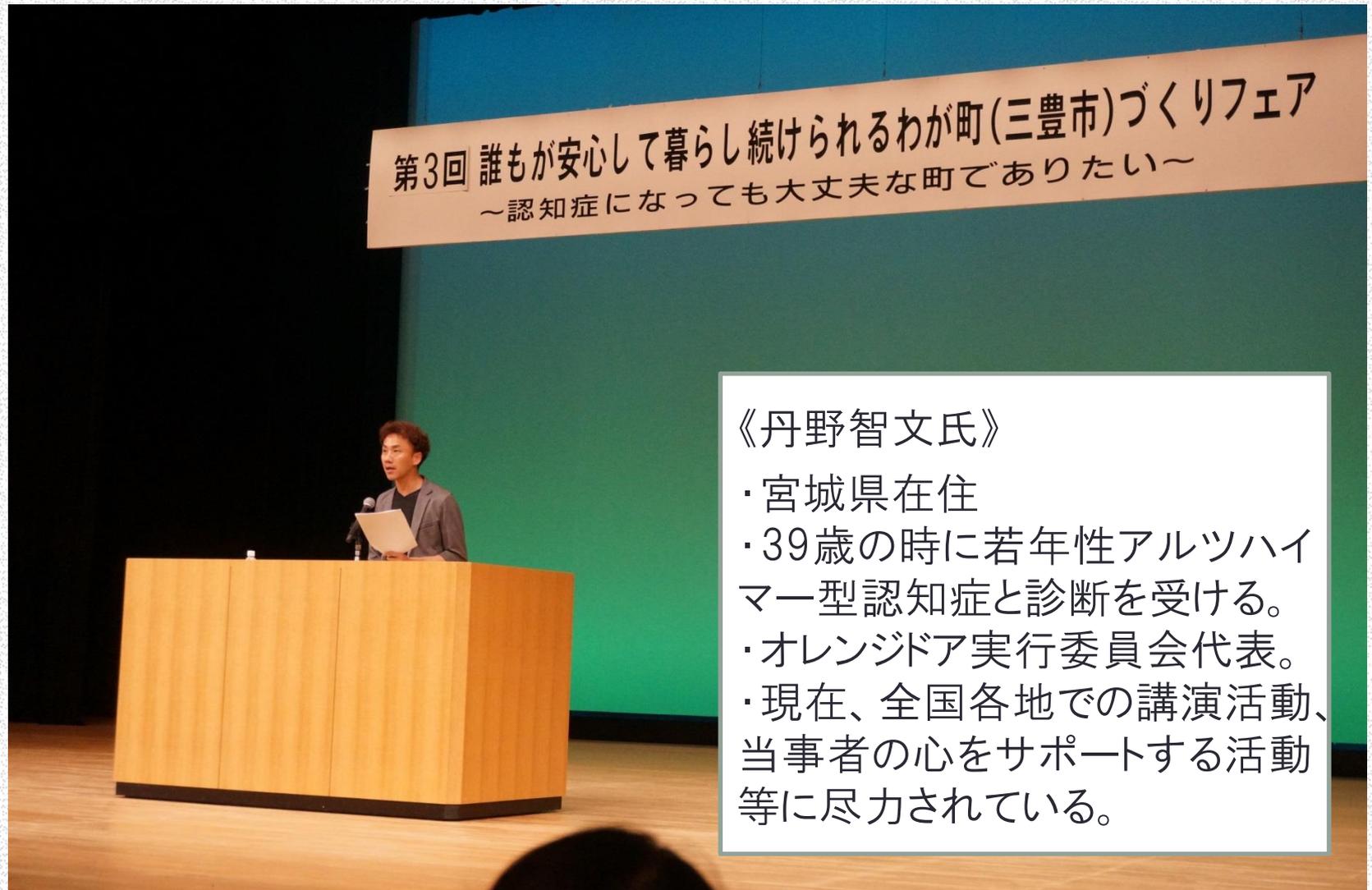
H29年3月

- ・“楽しく生きる集い”に参加。

H29年5月

- ・“第3回誰もが安心して暮らし続けられるわが町づくりフェア”に参加。

H29年5月 第3回誰もが安心して暮らし続けられるわが町づくりフェア



《丹野智文氏》

- ・宮城県在住
- ・39歳の時に若年性アルツハイマー型認知症と診断を受ける。
- ・オレンジドア実行委員会代表。
- ・現在、全国各地での講演活動、当事者の心をサポートする活動等に尽力されている。

交流会の際に丹野氏より、渡邊さんと院長に向けて、「渡邊さんの笑顔を悩んでいる当事者のために活かしてください」と後押しをいただく。



丹野 智文氏

渡邊 康平氏

当院のピアサポートの始まり

認知症当事者によるピアサポートの始まり

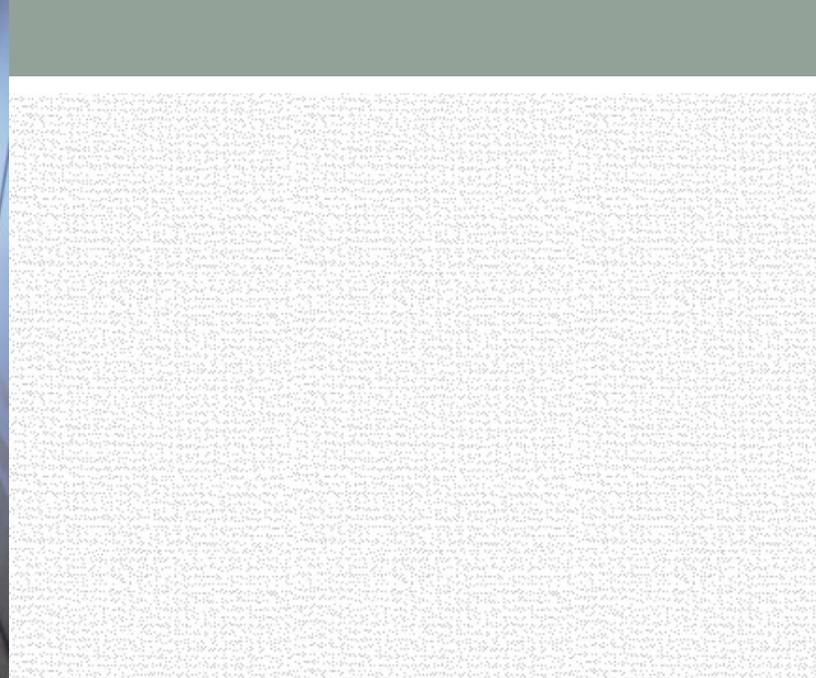
- H29年6月、渡邊さんを非常勤相談員として雇用。
- 当院“オレンジカフェ”で自身の経験を話したり、当事者の話を傾聴することによる支援を始める。





オレンジカフェ 外観





オレンジカフェ
室内

オレンジカフェ(認知症カフェ)とは

認知症カフェ

⇒認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場

※平成30年度より全ての市町村で実施

新オレンジプランより抜粋



当院のオレンジカフェ

開設：平成26年4月

対象者：当院精神科に通院中の方で、主治医の勧めがあった方とその家族。

病棟、デイケアの利用者の方。

利用時間：毎週金曜日 10:00～15:00

平均参加人数：1日約10名

※時間内であればいつでも出入り自由

※行政主導のものでなく、当院独自の運営

オレンジカフェでは・・・

- ・落ち着いた空間の中で患者(家族)同士で気軽に話せる場を提供する。
- ・不安な気持ちや、現在の思いを話せ、認知症当事者同士で想いを共感し合える機会をつくる。
- ・スタッフとの対話から支援につなげる。(主治医との協働にも)

ピアサポートの意義と位置付け

ピアサポート(ピアカウンセリング)とは

- ピアPeerとは仲間、同輩、対等者の意。
- 70年代、アメリカで活発になった、障害をもつ人の自立生活運動を契機に始まる。
- 同じような環境・立場にいる、同じような経験や感情を共有する仲間同士が、日常の悩みや相談事などを率直に話し合い、お互いにカウンセラーになってサポートしあう。

ピアサポートの利点

- 自分と同じような体験・悩みを共有し、互いに一体感、本当の共感を得る仲間を持つ。
- 本音で話し合える。
- ありのままの自分で良い相手と場所ができる。
- 自分に有用な情報を得ることができる。(障碍とともに生きるための知識、経験など)

診断後支援における ピアサポートの意義と位置づけ

- 主に、診断後の早い時期に、院内オレンジカフェにて、ピアカウンセリングを施行。
- 主治医より診察にて、認知症のイメージの悪さ、誤解について説明し、できるだけ疾病観を改善しておいてから、カフェを紹介する。
- 前もって本人の情報をカフェ担当スタッフと相談員（渡邊さん）に伝えて準備をしておく。
- カフェ当日には毎日の振り返り、月1回のカンファで意見交換を行う。
- 相談員の関わりにより、心の内面の表出ハードル低下。
→状況把握や支援のヒントにも（本人の語り、表情・態度から）

診断後支援における ピアサポートの意義と位置づけ

- (特に初めのうちは)相談者は支援者に対し“どうせ分かってはくれないだろう”と思っている。
- 当事者からの勇気づけは本当の勇気づけになりうるが、一方支援者の勇気づけは“安易な気休め”になりかねない。当事者でないとは分かり得ないところがある。
- 当事者の体験などを聴き、自分だけではないと感ずることができ、孤独感、不安を軽減し、連帯感、安心感をもてるようになる。
- 相談員(渡邊さん)の元気な姿に希望をもらえ、前向きな生き方への転換の援助が期待できる。

ピアカウンセリングの実際

ピアカウンセリングの一場面



渡邊さんとの会話の中で

渡邊さん

「人によってレベルが違うんや。ある程度分かっていく部分もあるし・・・これはどうしようもない。」

Aさん

「それが病気の特徴というか、そういうことでしょうか」

渡邊さん

「そういうふうな症状になるんだけど、それはもう苦にせんと、まああと何十年も生きられるもんでもないんで、息しよる間は、体が動きよる間は、けっこう楽しんでいくというかな。もう苦にしないというぶんで、あとは気持ちよくやっっていく。そういう考えでおるんです。」

渡邊さんとの会話の中で

Aさん

「そうせなんたら、先生が言よることも頭に入れて帰ろうと思ったらものすごくえらい。ほんで、帰ってみたってな、メモとつとるわけでもないけん全然残ってない。これはいかんわと思って、今日2へん目3へん目になるんか、ほんだらまあ自分なりに一言でも印象に残ったことを書いとつたら、これ言いよつたなということを出すかなと思って今日はじめてこれ(手帳)書くようになった。その程度のことしかまだ浮かんでない。貴重な時間をこうやって会わせてもろて、申し訳ないことしよると思つとる。」

渡邊さんとの会話の中で

渡邊さん

「いやいや、それはもうな、ほんと僕もどんどんどんどん消えていきます。多少文章化してないとなかなか出てこなくなる。それを見て話していくんだけど、話したことが、あそこでこうこうこうやったというぶんがほとんど残らんです。残らんかったらつまらんがというふうには思わないことにしとんです。いちいちこれはワシはダメだと思えばよったらほんまにダメになるけん。」

渡邊さんとの会話の中で

Aさん

「心が、気がラクになったかな。私も同じことを思いよんです。具体的に題名だけでもメモしとって、その中のなんぼかの話聞いた中で思い出して、こういうこと言ったなということの一つか二つかでも言えたら、それで成功かなと。そう思いよん。そう思ってくるようになったんです。もうちょっともうちょっと理解して入れて帰らないかんと思ったらとてもえろて来られんけん。」

ピアカウンセリングを通して

- 相談員（渡邊さん）の体験や思いを聴き、また相談者（認知症当事者）自らも発言をしながら、互いに共感しつつ、相談者は自分の状況に折り合いをつけていっている。
- 出来ること出来ないことを整理、納得しながら、これからの過ごし方や考え方・捉え方について、当事者同士が相談したり語り合ったりする中で、考えたり学んだりしている。
- 「認知症とともにより良く生きる」ために、相談者にとって貴重な体験となっている。

渡邊さんインタビュー

(動画再生)

当院の認知症の方の雇用に関する 今後について

当院の当事者の集いやボランティアとしての活動を通して、認知症当事者のニーズと提供できる仕事の内容がマッチできれば、“雇用”について検討することができるかもしれない。

- ・新たな認知症当事者の相談員。（女性相談員については現在も候補者を探しているところである）
- ・病院の環境整備や、病棟業務の補助など。

今後も認知症当事者の可能性を見出しながら、雇用拡大に向けて取り組んでいきたいと考えている。