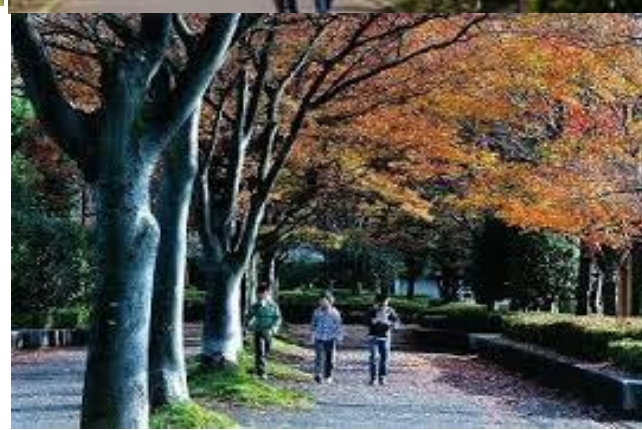


市町村における認知症の人の 見守り体制構築のポイント





このまちで暮らしてきた これからもいっしょに
自分の地域ならではの体制構築を、一步一步

「いつものあそこに、行きたいな」

「用事があって出かけたたい」

「あの人に会いに、行きたい」

「気晴らしに、外に行きたい」

★外に出かけたい・・・。

- ・その思いは、いくつになっても、認知症になっても変わりありません。
- ・「外に出なくなった」「出たがらない」と言われている人も本音をよく聴くと・・・
 - 「本当は、外に行きたい。」
 - その思いが、周囲の理解やつながり、支援の不足によって叶わなかったり、本人自身もあきらめてしまいがちです。

戸外(地域)に出ることの、かけがいのなさ

* 特に、認知症とともに生きる人にとって



●解放感、ストレス発散、五感の快刺激

- ・外にでると、気持ちいい。のびのび
- ・ストレスを発散、心身状態が健やかに
- ・五感の快刺激で生き生き



●時空間の感覚、記憶の保持(強化)

外にでることで、季節感、時間、場所の感、記憶を保てる(強められる)。

地域
健やかに自分らしく
生きていく舞台



●楽しみ・喜び・活躍のチャンス

- ・外にでると、楽しみや喜び、活躍のチャンスがいろいろある。
- ・秘めている言葉や所作の力を発揮できる。



●出会い・つながり・絆の広がり・深まり

- ・なじみの人とつながりを保てる。
- ・新しい出会い、つながりが生まれる。
- ・セーフティーネットが拡充

あなたの市町村では、どうですか・・・

- ・認知症の人が、戸外に安心・安全に出かけ、いきいきと過ごせているだろうか？
- ・自分の大切な人（身内、友人等）が認知症になったら、本人が戸外に出かけようとするとき、安心して送りだせるだろうか？
- ・もし・・・自分が認知症になったら、安心・安全に外出を楽しめる町になっているだろうか？
家族や周囲の人は、自分が外出することを、こころよく応援してくれるだろうか。

認知症の本人は、 見えにくい不安・苦勞、外出のしづらさをさまざま体験している。 行方不明の危険も身近な課題

外出しづらくなる

安心して行ける場
やいざという時に
頼れる場が地域に
少ない/ない

外出を一緒に楽しむ
仲間、家族以外に
ちょっと頼れる人が
いない

戸外に出ることを
止められる
(身内、地域社会により)

出かけなくなり
力やつながりが
弱まる

悪循環

外出時の見えにくい不安・苦勞

音やスピード等の刺激
に弱く些細なことがスト
レスになり疲れやすい

行先や用件、経路が
なじみがなかったり、
複雑だと、わからなく
なることがある(迷う)

人の(冷たい)視線や
配慮のない言葉・対応
で混乱しやすい

些細なことで不安・混乱
が嵩じて、パニックにな
りやすい

危険

家に帰り
つけない

↓
行方不明

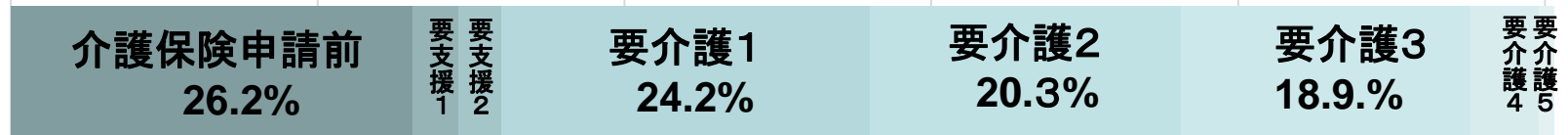
* 警察統計
毎年1万人以上
年々増加

行方不明は、まだまだ歩いて元気な人だから起きている！

【調査1】厚生労働省 全国の全市区町村(1741)対象の調査(2014年)

* 把握している認知症の行方不明者数(実人員)は、5,201人(2013年度)

* 要介護度別の回答の4,213人の内訳

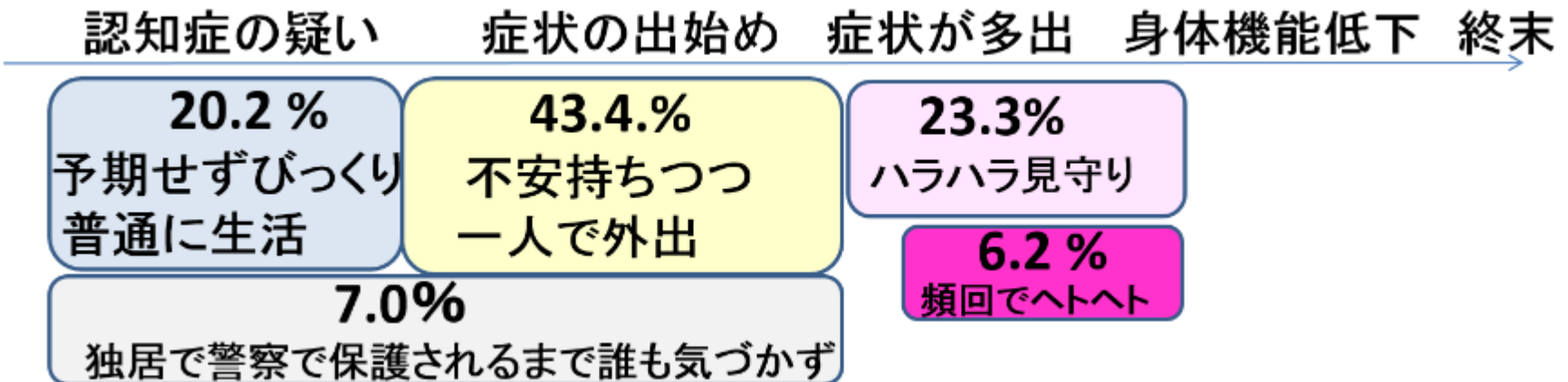


【調査2】釧路地域SOSネットワーク10年の検証調査

(釧路地域SOSネットワークと永田の協働研究:2003年)

* 警察に保護された件数 129件

* 保護された時の本人の状態と家族の状況(事例分析)



★現状を冷静に見つめよう:今、何をめざしたらいい？



自分なりの暮らし 発症 生活の支障が次第に増えていく

最期

★戸外(地域)に出ることは、
よりよく生きていくためにとても大切。

★歩いて元気な段階で

- ・外に出づらくなっている
- ・外に出ると苦勞が生じている。
(場合によって、行方不明の危険)

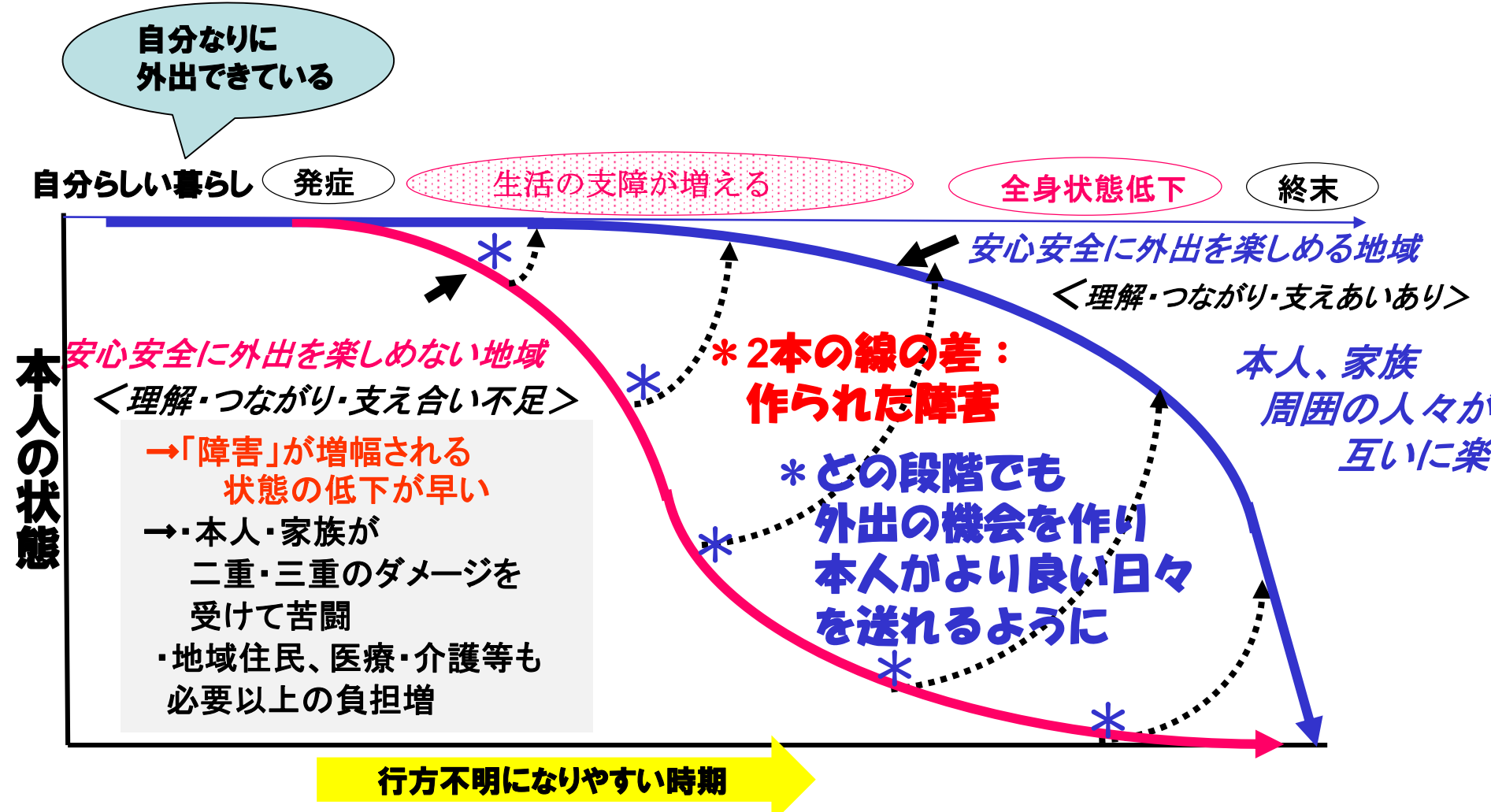
改善できることが、
たくさんある！

✦ 本人が、自分の力を活かして、安心・安全に
外出し続け、楽しく元気に暮らせるまちを目指そう！

* 本人のためはもちろん、家族、みんなのよりよいこれからのために

認知症とともに、長い経過を歩んでいく

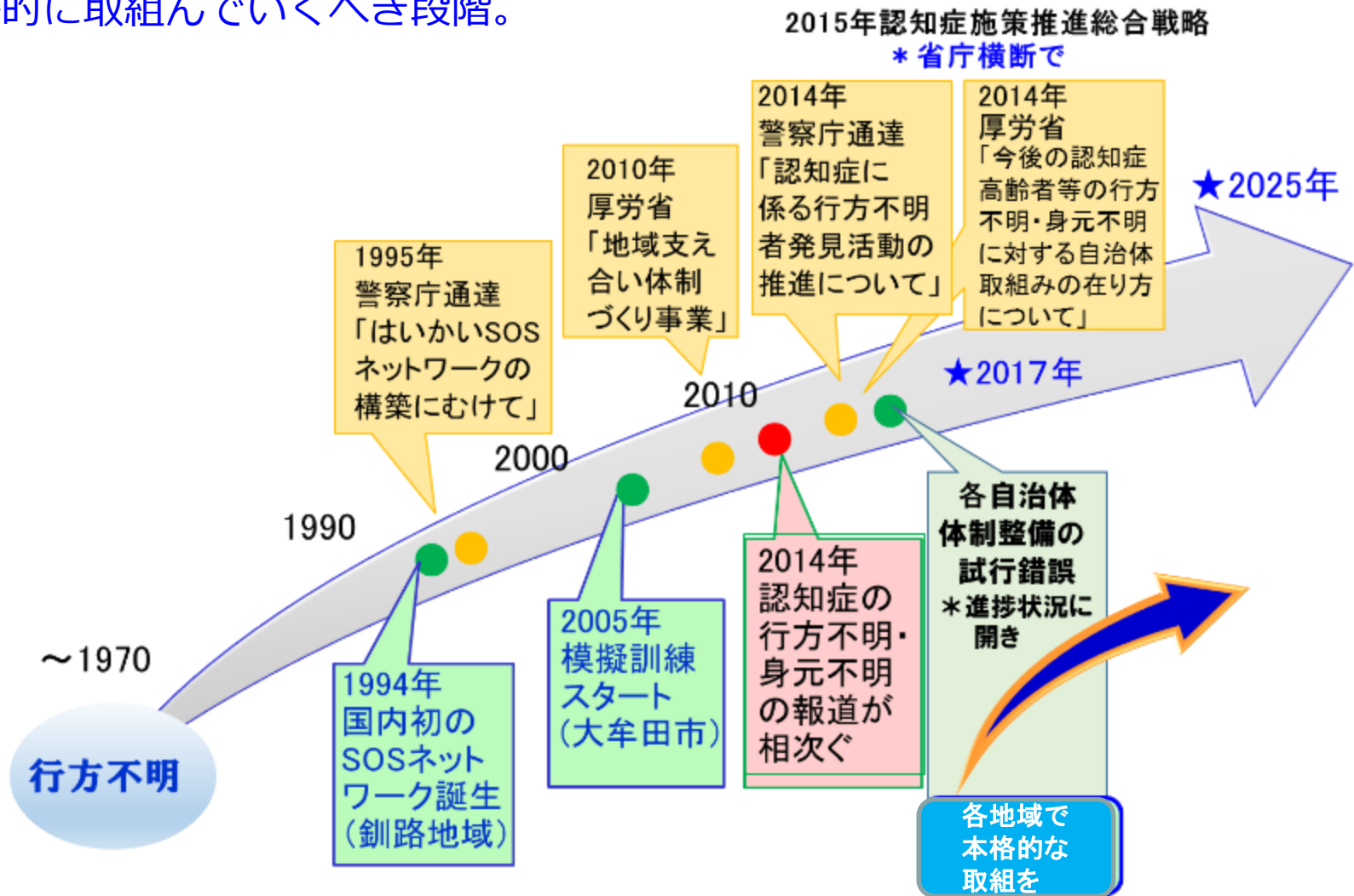
*** 安心・安全に外出を楽しめる地域かどうかで、辿る経過に大きな違いができる。
(見守り・SOD体制が整備・機能しているかどうか)**



*** 見守り体制(SOS体制を含む)構築は、
本人にとってはもちろん、家族や地域社会全体にとっての大きな価値。**

認知症の人の行方不明は「古くて新しい課題」

- 認知症の人の行方不明は、1970年頃から社会問題化した「**古くからの課題**」。
- 長年の自分の地域での試行錯誤が必ずある！**それらを踏まえつつ、未来に向けて、各地域が各地域なりの安心・安全に外出できる町づくりに本格的に取り組んでいくべき段階。



【市町村調査結果】

N=1,083

【管内市区町村の見守り・(行方不明発生時の)SOS体制の拡充状況】

① 普段からの見守りとSOS体制が一体的に充実	115(10.6%)
② 整備されつつあるが一体的な充実はまだ	318(29.4%)
③ 普段からの見守り体制は整備、SOS体制はまだ	209(29.3%)
④ 普段からの見守り体制はまだ、SOS体制は整備	181(16.7%)
⑤ 普段からの見守り体制も、SOS体制も、未整備	166(15.3%)
⑥ 把握していない	86(7.9%)

市区町村によって、見守り・SOS時の体制整備に大きな開きが生じている

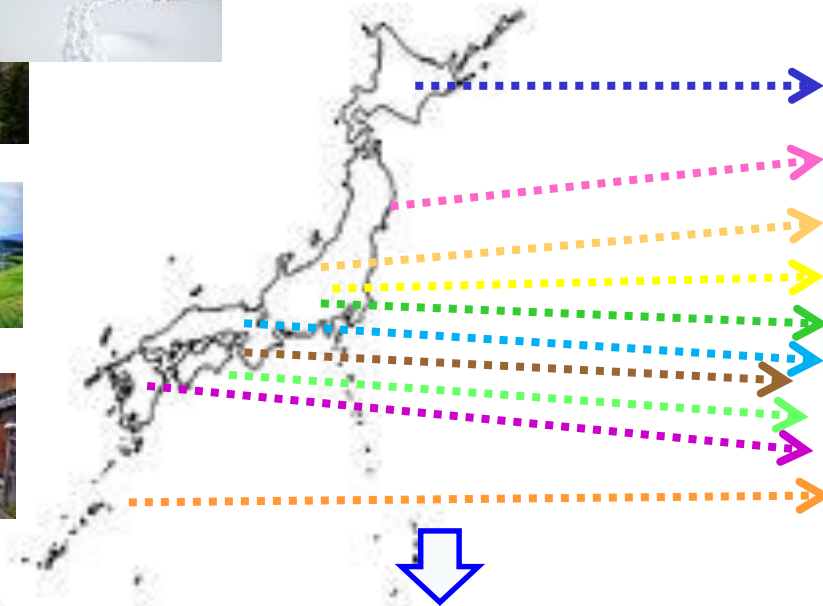
→すべての市町村で、体制整備を本格的に進めていくことが不可欠の時期
(広域の体制づくりのためにも…)

*すでに生み出しつつある自治体のいいところを学びあい、共有しあって
取組を無理・無駄なく、加速させていこう

今、全国各地で



試行錯誤



う
どの地域でも着実に取組を進展させよ
試行錯誤の成果を分かち合おう



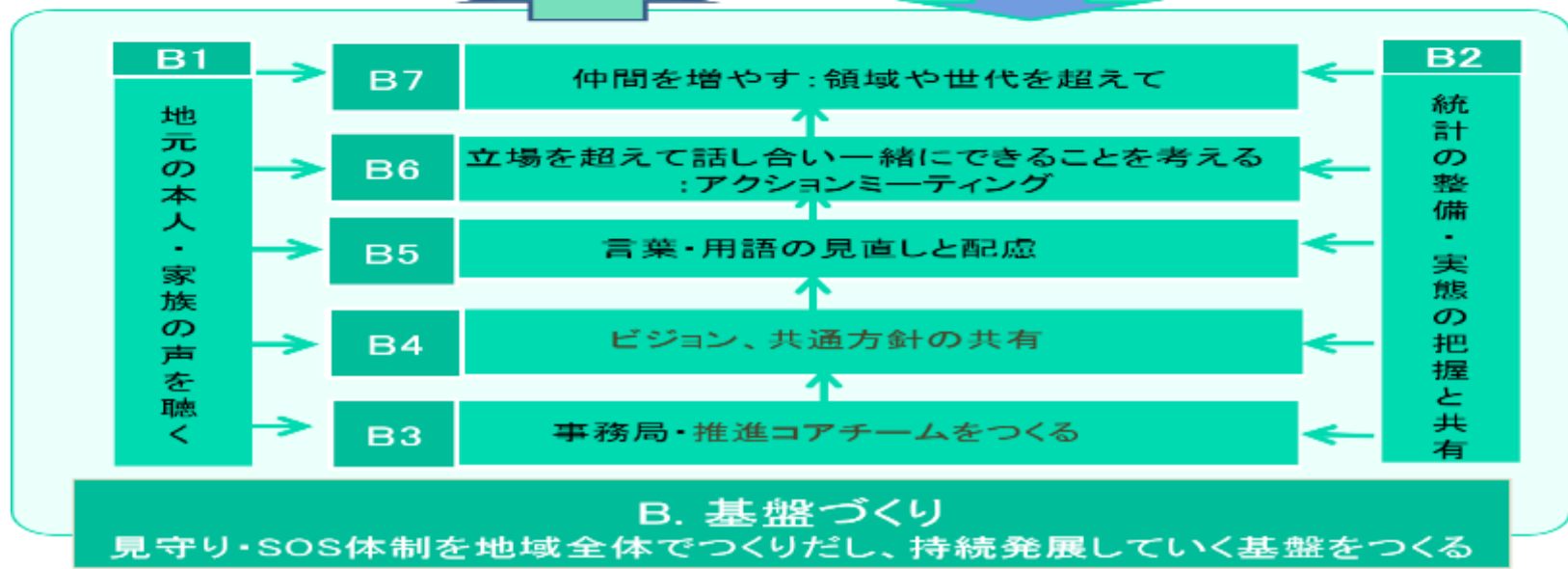
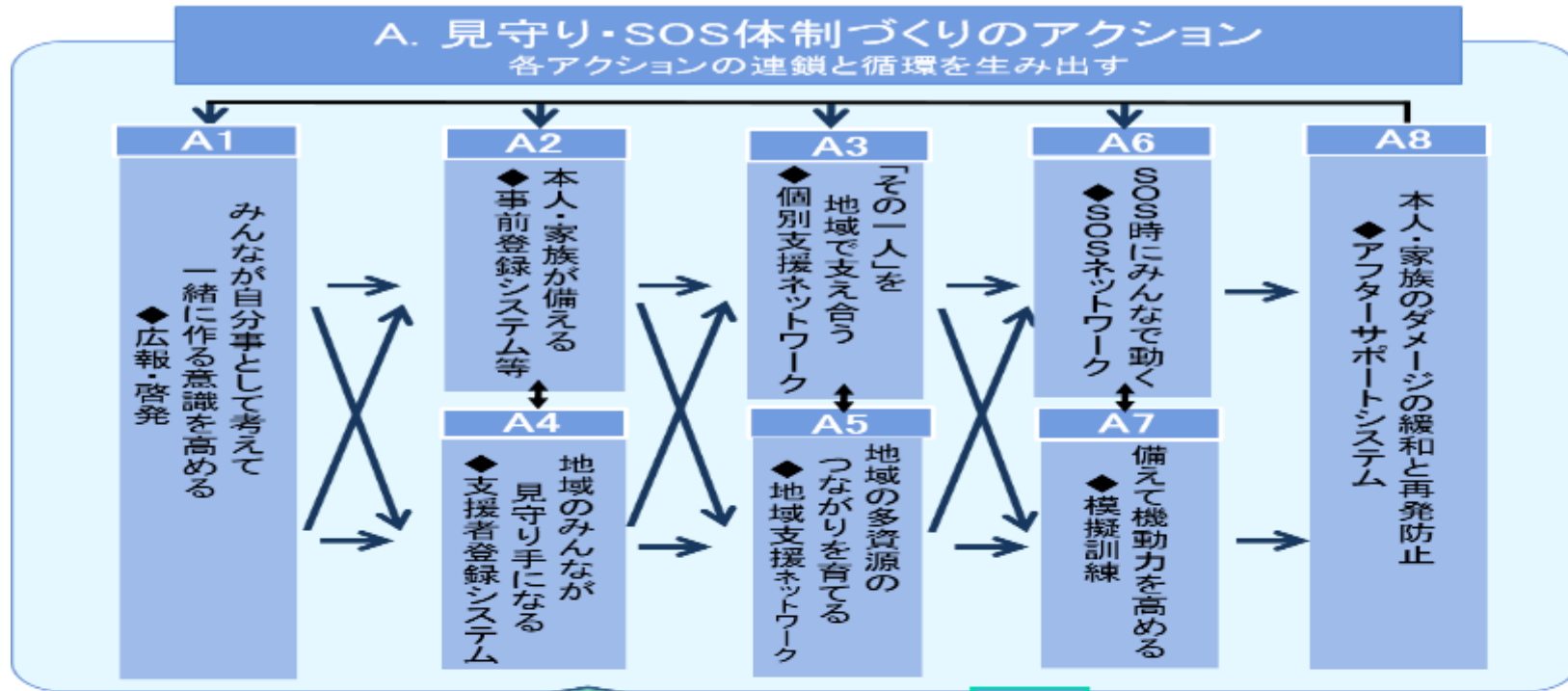
見守り・SOS体制づくり
基本パッケージ・ガイド

各市町村の配布されています。
* ホームページDCネットで購入可。

見守り・SOS体制の全体像

* 部分だけ見て進めない

必要なことの全体像を俯瞰し、自地域にすでにあるもの洗い出し、今後の進め方を計画的に！

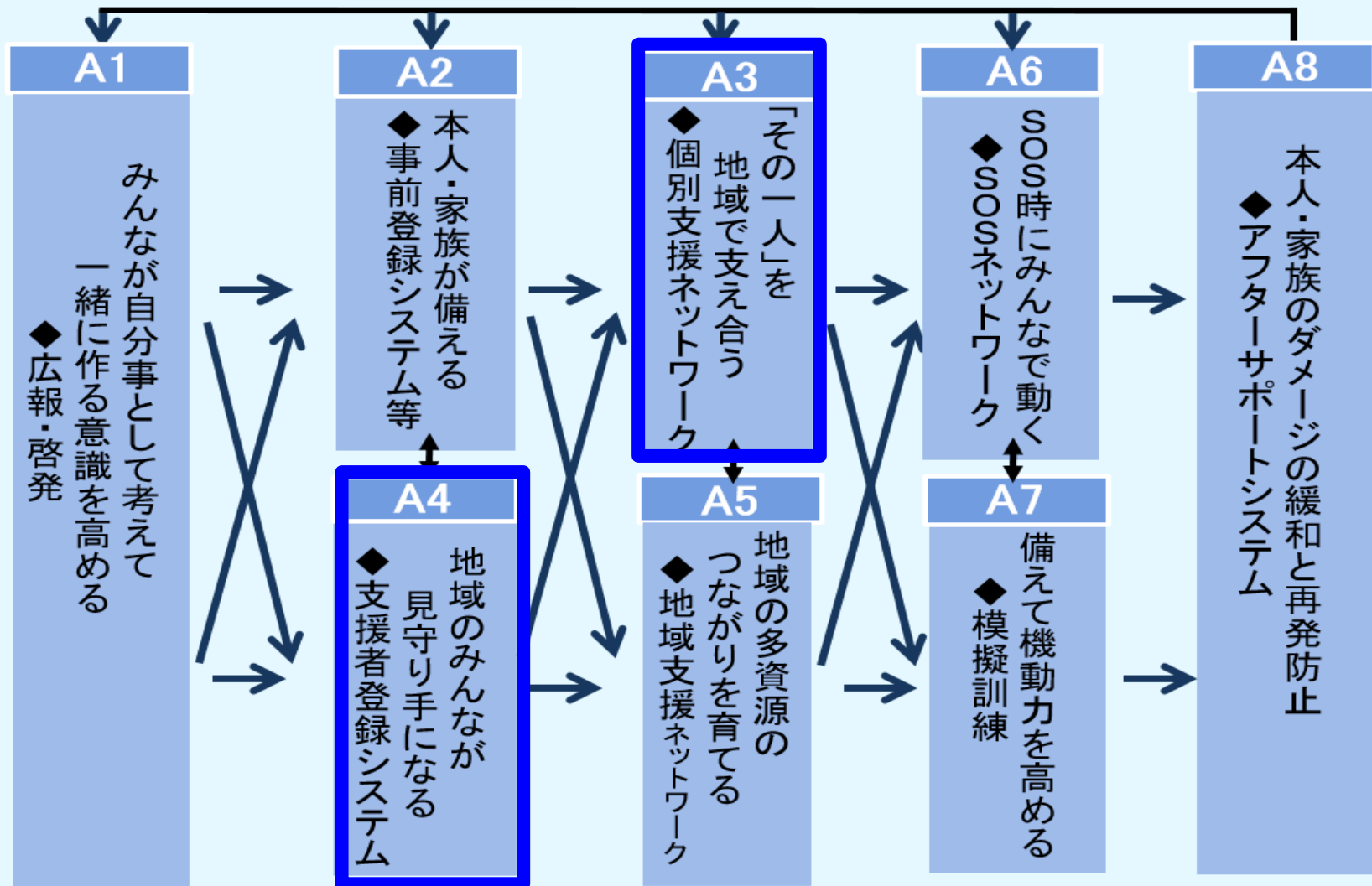


見守り・SOS体制づくりのアクションの様ざま

あるものを最大限に活かそう→各取組の連動の連動を生み出していこう！

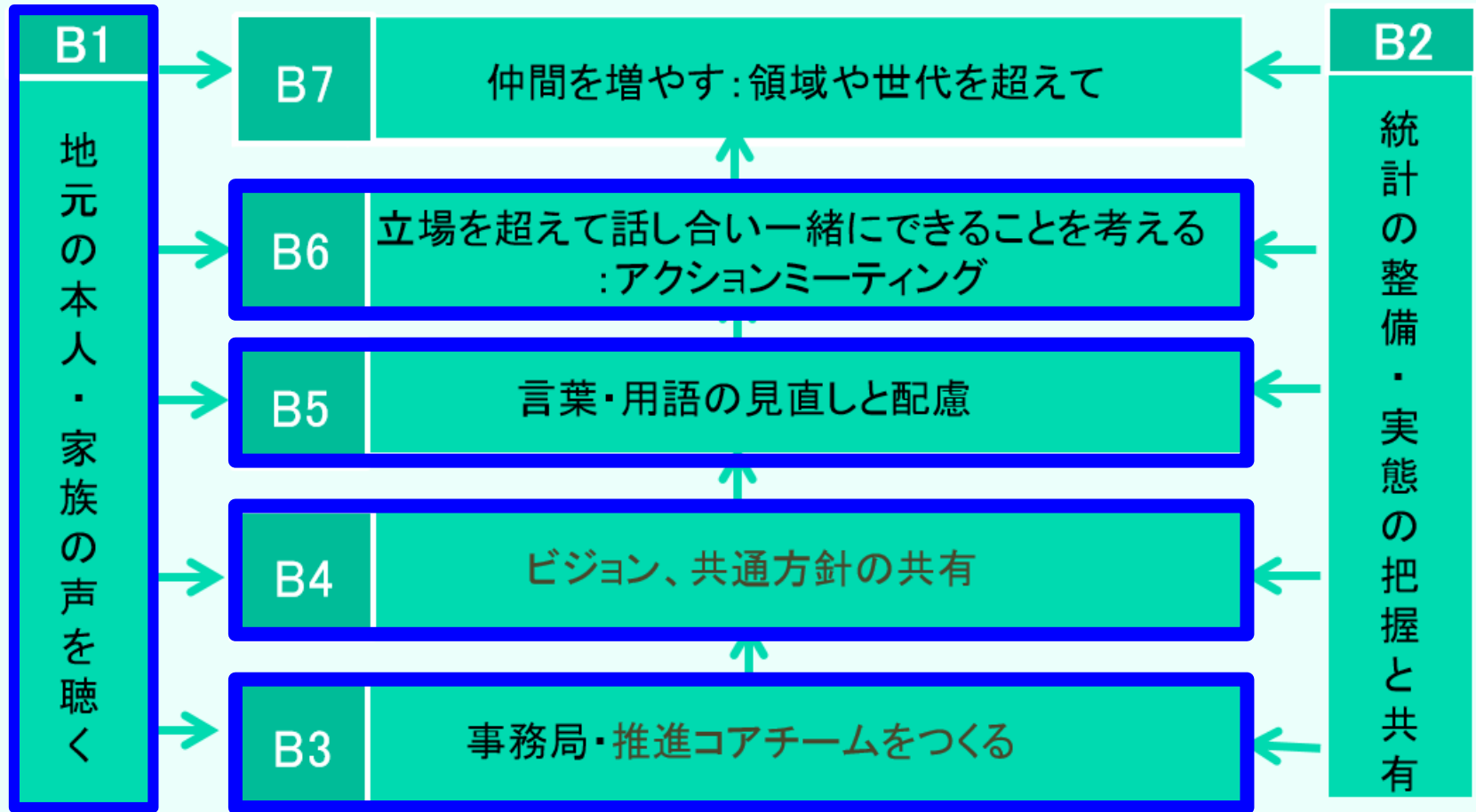
A. 見守り・SOS体制づくりのアクション

各アクションの連鎖と循環を生み出す



基盤作りが重要！

内実のある体制が、地域の力で持続発展していくために



B. 基盤づくり

見守り・SOS体制を地域全体で作りだし、持続発展していく基盤をつくる

重要なポイント

* 今日、特に以下6点に絞って(事前アンケート結果をもとに)

1. 地元の本人の声を聴く(B1)
2. その一人を地域で支えあう(個別支援ネットワーク)(A3)
3. 地域みんなが見守り手になる(A4)
4. 言葉・用語の見直しと配慮(B5)
5. アクション・ミーティング(B6)
6. 推進コアチームをつくる(B4)

* これらのポイントを大切に取組まないと・・・

仕組みの整備や機器の導入、模擬訓練を繰り返しても、形骸化しがち。
真の成果があがらない。長続きしない。

<6つのポイント>

- * 新たに(特別に)取組むというより、あるもの・やっていることを、即を活かそう
- * 焦らず、一つを丁寧に → 次につなげながら

1. 地元の本人の声を聴く(B1) →取組全体に反映させて活かしたものに
2. その一人を地域で支えあう(個別支援ネットワーク)(A3)
→地域全体の体制づくりの原型をつくる。
3. 地域みんなが見守り手になる(A4)
⇒いざという時に備える基盤を育てていく。
4. 言葉・用語の見直しと配慮(B5) →広報・啓発(A1),事前登録(A2.A4)等に活かしていく
5. アクション・ミーティング(B6) →何をやるにもこの方策を活かす
* 特に、模擬訓練(A7)の企画時に
6. 推進コアチームをつくる(B4) →行政の一部だけで頑張らずに
持続的な取組を息長く牽引するチームを

1. 地元の本人の声を聴く

認知症の本人の声をよく聴き、何が起きていて、何が必要か、本人から学びながら、体制作りの手がかりを得よう

・取組を漠然と考えていても・・・何をどう進めていくかよくわからない。

⇒地元の認知症の人の声を聞いてみるのが一番！

★本人の声の中にやるべきこと・できることの具体的な手がかりがある。

★焦らないで、聴いてみること自体が大事なアクション！

* 認知症の診断や進行段階にとらわれずに
なんらかの接点のある「その人一人」から。

*認知症地域支援推進員、介護支援専門員が
本人にじっくりと聴く取組を実施し、
声をもとに、課題や必要なことを整理し、
具体的取組をしている地域も

参考例 福岡県みやこ町本格的な取組はこれから…。

何から手をつけたらいいか？ 登録制度？ 模擬訓練？

→そもそも、地元の本人は、どんな体験をし、何を必要としているのか…？

*まずは、本人に聴いてみよう！

ちょうど役場に相談にきたばかりの認知症の一人暮らし(90代)の男性に…。



担当者がサービスの紹介を焦らずにまずは話しをよく聴く



帰り道、自転車で帰っていく…

実際の外出状況は？
安心して外出を続けられるために
何が必要？



ふだん本人が過ごす場に出向いて聴いてみよう

「行たいところに行け
外出しても大丈夫っちゃ！」
そう言える町に！

*みんなの合言葉(ビジョン)が生まれる



体制作りを話し合う集まりで
本人が語る - 聴く機会をつくった



本人が行きたい場があり
つながりがある
足りないこともある



本人の声の中に

本人なりの願い・地域の中での力の発揮の種がある。

⇒安心・安全を守るために地域で必要なこと・ある資源・できることがみえてくる。



気晴らしがてら
買い物に行きたい



さっぱりしたい



あそこを歩きたい



仲間に
会いたい



図書館の空気に
ひたりたい



一人で自由に
出かけたい
(ヘルプカードを使う)

当事者抜きでは、まちづくりは進まない。当事者抜きに進めない。

2. その一人を支えあう

(常識にとらわれず、本人が望む地域でやりたいことに新鮮にチャレンジしていく)。

「認知症だからできない」、「無理」、「危ない」

これまでは、そんな古い常識にとわられすぎて

- ・認知症の人があたりまえに外出するチャンスを閉ざしてきてしまった(奪ってきてしまっていた)。
- ・認知症の人がもつ可能性を狭めてきた。

＜本人自身も、「無理」と自分で殻を作ってしまうがち＞

★対策や問題対処としてではなく、本人自身の(あたりまえの)望みを本人と一緒にかなえようという動きが、近年、広がっている。

⇒本人の底力はすごい。

⇒本人の姿を通じて、認知症の偏見を塗り替えていく人たち、自分自身も楽しみながら、自然に支え合いの輪に加わる人たちが増えている。

**みんなが温かく見守ってくれてるから
私は今日も元気です。**

医療、介護、行政の皆さん



(猿渡さん作成)

「本人の願い」をかなえよう：ちょっと一緒に出かけ、一緒に楽しむ

★大人としてあたりまえのこと、自分だったらかなえてほしいこと

* 現在の公的サービスで、カバーしきれていない重要課題

⇒そのために初期の頃から閉じこもり、いらだち、トラブル、混乱のパレードに陥っている人がたくさん！

★「願い」を中心に取組をすすめると、

自然体でちょっと一緒に、支え合う脱領域の人・つながりが生まれる。



ちょっと一緒に
カメラで撮影に



ちょっと一緒に
運動して気持ちよく
(野球、水泳、ゴルフ等々)



ちょっと一緒に
町の花壇ボランティア



ちょっと一緒に
働いて稼ぐ

生き生きした本人の姿が、地域の人や専門職、行政の人達の意識を変える。
認知症になっても、こうした生き方が可能なんだという勇気や希望を生み出す

* ちょっと一緒に外出を続けていく中で、
本人が自信を蘇らせ状態が安定し、
家族の支え手も含めて、普段からの見守り手が増えていく。

「認知症でも、安心して外出できる町を一緒につくろう」
様々な場で、つぶやき続けよう、話し合い、できるをやってみよう



なじみの店先で



町内の集まりで



中年男性の集まりで



**地域の集い場で
(寄合、サロン、カフェ等)**



**本人と、地域の人たち、医療・介護等の専門職が
一緒に集い、話し合う。**



誰からでも始めることができる：地域の人、専門職、家族、本人！
最初は少数でも、少しずつ同じ方向を向いて進む人たちが増えていく

4. 言葉・用語の見直しと配慮

見守り・SOS体制づくりに関連して使っている言葉・用語に
本人・家族を怯えさせてしあったり、
地域の人たちの偏見を助長してしまっているものがないか・・・。

例 ・徘徊

- ・徘徊高齢者
- ・徘徊歴
- ・徘徊SOSネットワーク
- ・徘徊模擬訓練

- ・(外に出ると)危険な人
- ・搜索、追跡、人相
- ・搜索訓練 その他

- ・ふだんの会話
- ・会議の席で
- ・講座、講演会、研修会等で
- ・チラシ、HPの中に
- ・事業名、要綱に
- ・登録用紙、書式に
- ・広報、HPで・・・その他

「徘徊」という語を使うと・・・

- ・認知症の人に関する**誤解や偏見を助長してしまいかねません。**
 - 地域の人たちの無理解、避けたい、関わりたくない気持ちを強めてしまう
 - 本人・家族の怯え、隠す、利用しない、を招いてしまう。
- ・徘徊で一括りに説明してしまうと、行方不明がなぜ起きているかという背景や**改善策の検討が具体的に進みにくくなります。**

● 「徘徊」という言葉について
地域で本音の話し合いを
積みあげる・

(福岡県大牟田市)

- ・ 徘徊SOSネットワークや徘徊模擬訓練の発祥の地。
- ・ 地域で定着しているが・・・



今、切に暮らしている
本人・家族のために、
そして地域や次の世代のため
(自分たち自身のため)にも
使わない方針を決定。

*わざわざ「徘徊」と使わなくても
ふつうの言葉で置き換え可能。

外出、お出かけ、姿が見えない等

全国で

「徘徊」という語を
使わない動きが
広がっています。

その他、言葉・用語を
我が身に置き換えて
点検を。

★行政だからこそ、
地元のために
変えていく勇気・
方針を。

→広がり・定着
してしまう前に
できるだけ早く。

5. アクション・ミーティング

* 見守り・SOS体制作り以外でも様々なテーマで活用されている方法

○地域作り・体制整備を進めるために、

○地域の多様な立場の人たちが、

住民も、医療・介護等の専門職も、行政も、本人・家族も

○まずは一緒に集まって、顔の見える関係を育てながら

情報やアイデアを率直に出し合い・共有しながら

○一緒にやってみたいこと・できることを話しあい

○一つからでも、一緒に動きだしていく集まり

- ・ **出会う場を待っている人たちが地域にたくさんいる。**
- ・ **行政や包括が、枠にはめたりコントロールしようとせずに、自由に参加でき、話し合えるアクションミーティングを開催すると地域の多様な人たちの存在・力・やる気・行動力が大きく伸びていく**
→主体的な活動・取組が、チームで進む

● 行政・包括が地域に呼びかけ、
まずは開催・・・(静岡県湖西市)

- ・想像以上に、多様な年代の地域の住民、多様な諸域の人、専門職が参加
- ・関心が高い！ 情報・力がある。すでに現場で見守り、たくさんの工夫・課題が生まれていることが明らかに



ヤクルトの若者が
駆けつけてくれた



地元信金職員
自ら進行役



住民と専門職が
ここで出会い
その後の交流へ

- ・継続的に集まり、できるアクションを一緒に決める
- ・一人では進まないが、一緒ならできることがある。
- ・とにかく、**小さなことから、動いてみると**
(小さな) 成功体験が生まれる。
→次に進む原動力に
- ・一步一步できることを新鮮に話し合いながら、続けていくことが肝心。

● 町の各地域単位で
アクションミーティング！(湯沢町)

- ・人口9000人の小さな町。それでも地域ごとに課題や人材が様々。
- ・その地域で、必要なこと・できることが様々。
- ・各地域にあった進め方やシナリオで、役にたち、かつ無理のない「**行方不明探索模擬訓練**」を企画実施をするために**アクションミーティング**を各地域ごとに継続的に開催→各地域で**模擬訓練**。



各地域になりの
住民、働く人、
専門職と一緒に
語り合い、動く。



- * 行政や包括だけではつながれていなかった多様な人たちが、ミーティング参加者のつながりを通じて**模擬訓練**に参加・協力。
- *「**継続してやろう**」。参加者から次々と積極的な声。

6. 推進コアチームを育てる * 行政だからこそできること。

(息長く取組を推進していく仲間・チームを身近な地域で育てていく)

「認知症の人が安心・安全な外出を楽しめる町」は、すぐにはできない

→ 地域の人々の理解・つながり・ささえあいを地道に広げながらの
年月のかかる息の長い取組。

* すぐには成果がみえないが、後になって威力がでてくる。

→ 息長く、年々推進していく仲間・チームが育っていかないと、

- ・ 一時注力したり、盛り上がっても、先細りしがち
- ・ 部分的な取組の繰り返しになりやすく、全体的には展開しない
- ・ 取組がマンネリ化して、形骸化しがち
- ・ 行政の担当者が異動したり、地域のリーダーがいなくなると活動が振り出しに戻ってしまったり、なくなってしまう。

賽の河原状態

多くの市区町村/地域で起きてしまっている状況

安心・安全に外出できる町づくりが持続発展していく鍵は 「推進していく仲間・チーム」

行政のチカラは大きいですが、行政主導しすぎると、多くの場合、仲間やチームは育たない。

★行政は、推進チームのお膳立て、バックアップ、動きやすい環境づくりとして。

★立場や職種を超えて

「安心・安全に外出できる町にしていきたい」という人たちがどの町にも必ずいる。 *カフェの関係者、



これらの人たちがつながりあい、核になって
少しずつ賛同者、仲間をふやしチームを
育てている地域が全国で増えてきている。

- ・自発的に集まり、実際に一緒に楽しく動きながら、振り返り、知恵を出し合い必要な機能を高めている。
- ・「取組を維持・発展していくための」組織化/法人化も

どの市区町村/地域でも、今後はこうしたチームが必要。

最初は、少人数からでもスタートを。

介護職、医療職、地域住民、企業の人、
そして最近は本人自身が。

推進（コア）チーム：地域によってメンバーはさまざま

大切なことは、わがこと、わが町のこととして自発的に参画、
ミッションを共有し、本人視点で本音の討議を重ね
ながら、地元の現状をよりよく変えていくための新鮮
な企画・実施・見直し・改善の一連の過程を一緒に進む。
* 困難にもあきらめないで一緒に考え、動く。



「めざせ！認知症に優しい町・高鍋」 プロジェクトチーム（宮崎県高鍋町）

- 認知症介護者のつどい
- 民生委員
- 婦人部会などの地域の方
- 地域包括支援センター
- 社会福祉協議会
- デザイナー
- 保険会社社長

普及啓発・訓練チーム （京都市岩倉圏域）

- 地域包括支援センター
- 小規模多機能等
ケア関係者
- 交通機関、等

行方不明から安全に 戻れる事を願う会

- （北海道北見市）
- 介護事業者
- 精神科ソーシャル
ワーカー
- 元教育長
- ボランティア
- 家族（会）
- 金融機関
- 地域の人

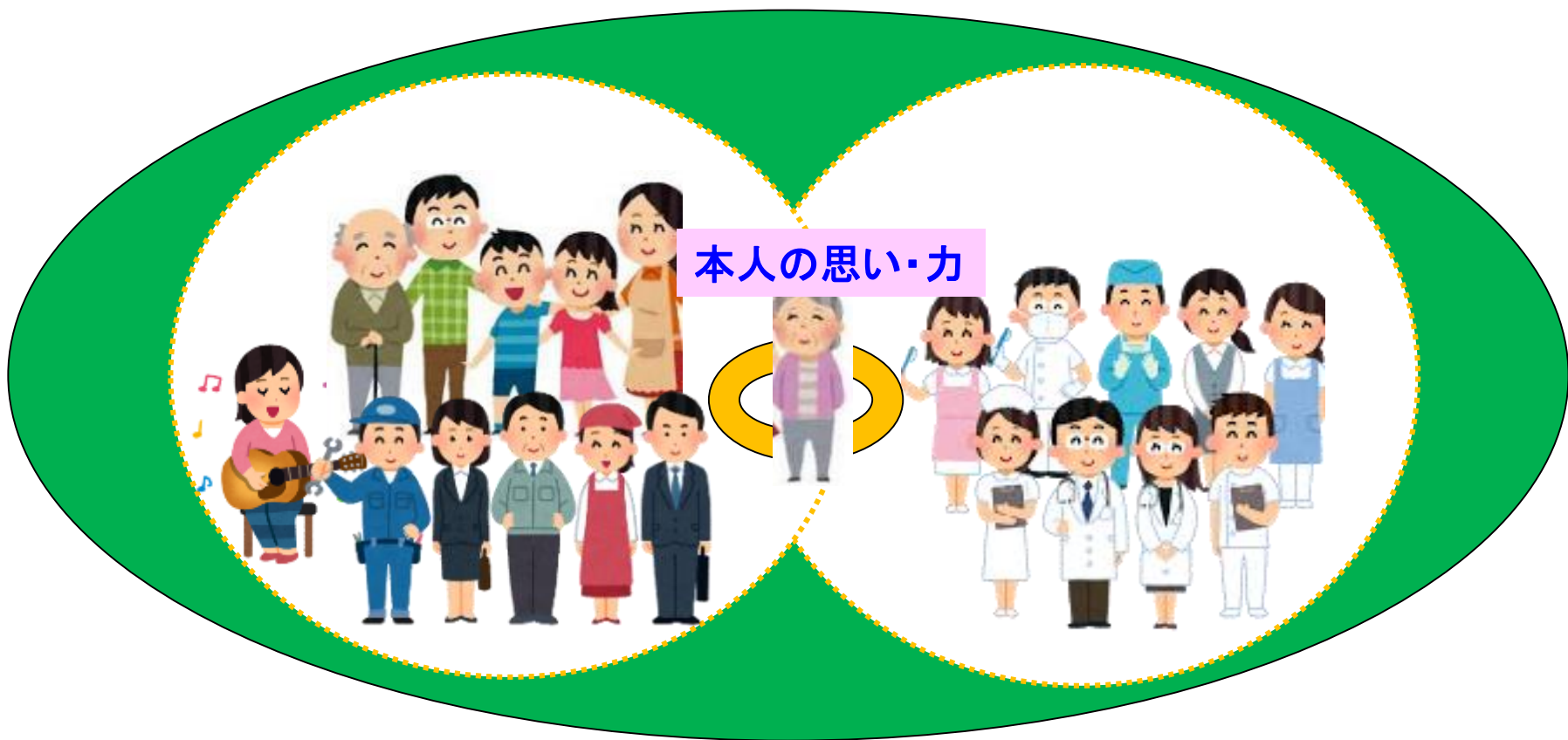
NPO法人しらかわの会 （大牟田市白川校区）

- 病院地域連携室
- 校区住民
- 地域包括支援
センター
- 介護関係者

★ 同じ地域/周辺エリアにいる
地域の住民・働く人たちと、医療・介護等専門職が
つながって一緒に。

←フォーメーションを
行政がつくる。

* 出会い、知り合い、話し合い、
ちょっと一緒にできることからアクションを。



見守り・SOS体制を作って、安心・安全に外出できる地域を作っていくには
本人(声・力)を中心に地域の人たちと専門職とのふだんからのタイアップを。

本人の声を起点に町づくりを。 なぜ外出をしたいのか：本人の声より

- ・外出できなくなったら・・・生きる力がしぼんでしまう
- ・外出を止められたら・・・生きる力が削がれてしまう

- ・楽しみ、心豊かな一日一日になるために
- ・生活を新鮮に・・・マンネリ化すると状態悪くなる
- ・からだの健康を保つために
- ・社会のひとりとして、何かできることをするために
- ・感動を忘れないために

★認知症はあっても、自分らしい日々のために

人としてあたりまえの願いがかなうまちを、一緒に。

見守り・SOS体制づくりは、 認知症に関する地域の価値観・動きを大きく変革していくための 要となる取組

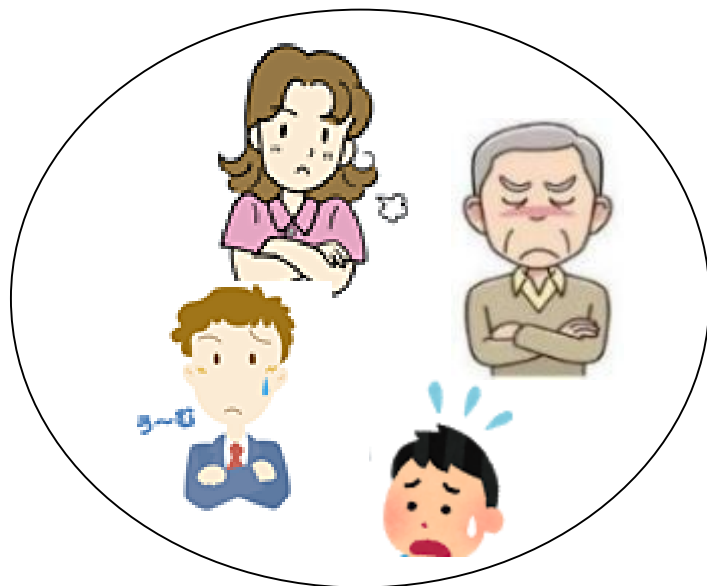
これまで (問題重視、絶望)

- 何もわからず、何もできない
- 自分らしさがなくなる
- 恥ずかしい、隠す
→つながりがなくなる
- 閉じこもって茫然とした日々
- お世話になる一方
- あきらめ、孤立、暗い、絶望



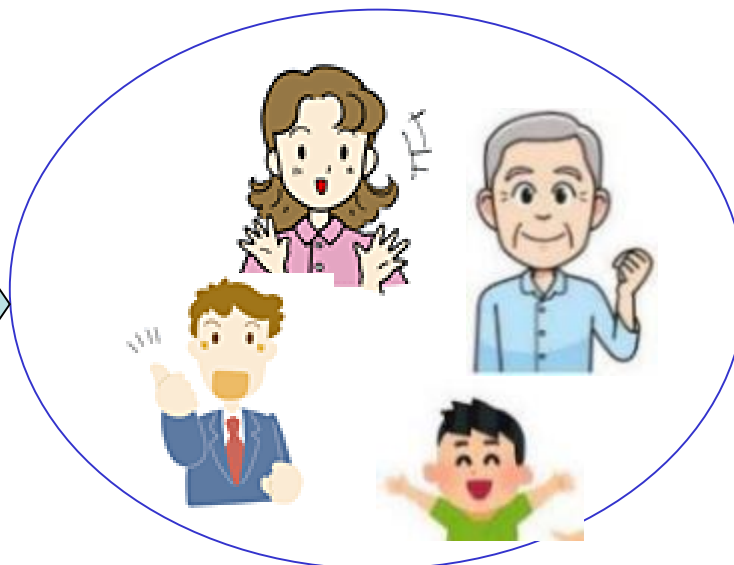
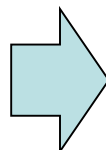
☆これから (可能性重視、希望)

- わかること、できることがある
- 認知症になっても、自分は自分
- 早く周りにオープンに
→つながりが保てる、広がる
- 地域を舞台に、心豊かな日々を
- 支えられる一方ではなく、
地域の大事な一員として活躍
- あきらめない、一緒に、楽しく
(日々の中で小さな)希望を



絶望の悪循環

ダメなことばかりみる。
ピリピリ、楽しくない、
閉じこもって、孤独に
⇒お互い消耗、仲たがい
⇒状態悪化、力を出せない
⇒みんなが後ろ向きに



希望の良循環

できることをみつける。
力を抜いて、楽しく、
外出を続け、つながりを豊かに
⇒お互いを活かしあう、仲良く
⇒状態安定、力が伸びる
⇒みんなが前向きに

**見守り・SOS体制づくりを通じて、
絶望から希望への転換を、それぞれの地域で**

社会は変化し続けています。
認知症になつての生き方・支え方も
変化し続けています。



一人ひとりが持っている可能性
わが町にある可能性
を、どうか大切に。



自分が
自分らしく伸びやかに
地域の中で暮らしていくための、
新しい流れを、
行政が先頭にたつて、地域で一緒に。



おつかれさまでした！

本人にとってのよりよい暮らしガイド(通称:本人ガイド)

～一足先に認知症になった私たちからあなたへ～



* 本人たちが、次に続く人たちにむけて体験と工夫を冊子にまとめた。

* 絶望なんてしてるのはもったいない。

* 町に出て、味方や仲間に出会おう

* まだまだ続く自分の人生の一日一日を楽しもう！ ほか

★ホームページから入手可(無料)。

<http://www.jdwg.org/>

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ

認知症とともに生きる希望宣言

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。

認知症とともに暮らす
本人一人ひとりが、
体験と思いを言葉にし、
それらを寄せ合い、
重ね合わせる中で、
生まれたものです。

→行政や包括の窓口、
病院、介護事業所、
認知症カフェ等で配布し、
語り合う希望のリレーが
広がっています。

日本認知症本人ワーキンググループ

ホームページ参照

<http://www.jdwg.org/>