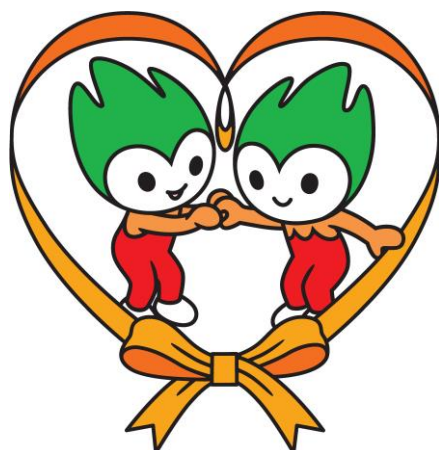


# 令和元年度オレンジパワー活用セミナー

～認知症の本人の視点や活動を

活かすための講座～

## 活動紹介集



山口県 PR 本部長 ちよるる

山口県 長寿社会課

地域包括ケア推進班

## 活動紹介資料集 もくじ

- 1 「Happy Club」(本人ミーティング) .....1  
美祿市地域包括支援センター 山上 真由美  
河田 麻奈未
- 2 オレンジ山口語りの集い..... 3  
こころの医療センター認知症疾患医療センター 坂本 珠恵  
若年性認知症支援コーディネーター 家城 利右子
- 3 りあんの会(認知機能向上のための学習会・交流会) .....5  
こころの医療センター認知症疾患医療センター 坂本 珠恵  
若年性認知症支援コーディネーター 家城 利右子
- 4 若年性認知症の人の家族のつどい「くつろぎ花花」と若年性認知症の人の  
当事者交流会.....7  
岩国市高齢者支援課 森岡 理美  
小野原 利子
- 5 若い家族のつどい(若年性認知症の本人、家族のつどい) ..... 9  
山口市高齢福祉課山口市基幹型地域包括支援センター 田中 英光  
竹谷 妙子
- 6 出張形式による認知症カフェ .....11  
グループホーム万年青 宮内 一弥  
周南市地域福祉課 富永 拓
- 7 認知症カフェ“メンズデー” .....15  
平生町健康保険課 常盤 智子  
平生町高齢者地域包括支援センター 大木 萌華
- 8 認知症カフェ .....17  
周防大島町地域包括支援センター 川口 雅枝  
弥益 奈々
- 9 認知症啓発事業 .....19  
光市認知症を支える会 山下 悦子  
光市地域包括支援センター 安武 節枝

10	認知症支援ボランティア養成講座受講者連絡会	21
	認知症介護指導者	長岡 厚枝
	萩市西地域包括支援センター	細田 有希子
11	認知症対応型事業所連絡会	23
	平生町健康保険課	常盤 智子
	平生町高齢者地域包括支援センター	大木 萌華
12	実行委員会形式によるRUN伴の実施	25
	萩市西地域包括支援センター	大賀 陽世
13	世界アルツハイマーデー イベント	27
	認知症の人と家族の会山口支部萩ブロック	木村 恵子
14	認知症にやさしい図書館	29
	下関市長寿支援課	石津 友恵
		田中 麻子
15	長門圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）	32
	長門市高齢福祉課	村田 育未
	長門健康福祉センター	村上 祐里香
16	山口・防府圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）	35
	山口健康福祉センター	金子 朋子
	山口健康福祉センター防府支所	長田 萌花
17	柳井医療センター認知症疾患医療センター地域定例会	37
	柳井医療センター認知症疾患医療センター	檜垣 綾
		藤本 雅子
18	認知症業務における本人の視点を考慮した支援について	39
	岩国健康福祉センター	實近 美沙子
	認知症の人からのその他のメッセージ	41

## 1 【「Happy Club」(本人ミーティング)】

<b>所属・氏名</b>	美祢市地域包括支援センター 山上 真由美 河田 麻奈未
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など  ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバーなど	「Happy Club」(本人ミーティング) 昨年度実施した認知症予防教室の参加者に、認知症当事者の方が3名(うち若年性認知症2名)おられたため、そこから本人ミーティングの開催ができればと考えたことがきっかけです。会の名前も「ハッピーな会がいい」と参加者がつけてくださいました。名前のおり、この会を通して参加者がハッピーな時間を過ごせることを目指しています。現在、月1回集まりみんなで行いたいことをやっています。3名ともスポーツマンだったため、毎回身体を動かすこともやっています(卓球やバドミントン等)。美祢市包括と美祢東包括の職員3人が関わっています。
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	認知症予防教室では、参加者の会話のテンポについていけないことや、質問をしても「よくわからない。ここ(頭)がおかしいから。」と言われることが多かった方が、スポーツを取り入れることで、「本当に楽しい!」と言われ、表情もいきいきしています。また、家庭内の思いをつぶやいてくれる方もいらっしゃいます。
<b>やってみて、よかったこと (結果や学び)</b>	まだ思いを語る場にはなっていませんが、一緒に身体を動かし、笑い合える場になっていると感じています。サービス利用に至らない空白の期間の方が利用できる事業として、形になったことは良かったと思います。
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	日時や場所について、家族にも周知しておくこと。 緊張感を持たせないような雰囲気づくりを心掛ける。
<b>これから… (注力していきたいことなど)</b>	今後参加者を増やしていくことと、ボランティアも併せて募集していこうと思っています。この会は、年齢に関係のない当事者の会ですが、若年性認知症の方については、来年1月に本人・家族のつどいを実施する予定です。
<b>備考</b>	

# 1 【「Happy Club」(本人ミーティング)】



## ハッピー クラブ Happy Club

仲間と一緒に、やりたいことをチャレンジ!!  
スポーツ、ウォーキング、料理、おしゃべり...などなど  
活動内容は、参加者の皆さんと一緒に考えていきます  
これからの、よりよい日々の為に  
心と体の元気を維持していきましょう(見学からOK)

### 毎月第1金曜日

### 10:00 ~ 12:00

場所：美祢市勤労青少年ホーム  
(美祢市大嶺町東分 285 番地 1)



※活動内容により日時の変更がある場合がございますのでご了承ください。

**おまちしています**

お問合せ  
美祢市地域包括支援センター  
(高齢福祉課 15 番窓口)  
☎ 0837-54-0138



### 認知症の人からのメッセージ

- いい取り組み
- ネーミングに認知症が入っていないのがいい
- 認知症という言葉に、抵抗がある人もいると思う
- 近くのほうが参加しやすい
- 同じ病気の仲間だと安心

## 2【オレンジ山口語りの集い】

<b>所属・氏名</b>	こころの医療センター認知症疾患医療センター 坂本 珠恵 若年性認知症支援コーディネーター 家城 利右子
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など  ・目指したこと  ・行ったこと  ・関わったメンバーなど	<開催のきっかけ> 山口県認知症カフェサミットに丹野智文さんが講師としていらっしゃる機会に、丹野さんと若年性認知症当事者が会える場、県内の当事者同士が会える場を開催することができないかをカフェサミットの実行委員会で提案し、主催である認知症の人と家族の会や実行委員の皆さんの了解やお力添えをいただくことができ、開催にいたった。  <目指したこと> 同じ悩みをもった若年性認知症当事者同士が会え、話をするところを出来る場の提供  <準備、運営に関わったメンバー>認知症の人と家族の会、カフェサミット実行委員会（県担当者、認知症疾患医療センター代表、若年性認知症支援コーディネーターが中心）、認知症疾患医療センター、市町の窓口
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	始めは緊張も見られたが、だんだんと笑顔が見られるようになり、笑い声があふれる時間になった。参加者は丹野さんのお話にうなずき、時には真剣に時には笑顔で話を聞いておられた。皆さん、だんだんと身を乗り出し、話の輪が近くなっていった。「楽しかった！」と明るい笑顔での感想をいただいた。
<b>やってみて、よかったこと (結果や学び)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1人1人の尊厳が大切にされ、本人の思いややりたいことを語ることのできる空間の中で、参加者の皆さんがどんどん明るく笑顔になっていかれる時間を一緒に過ごすことができたことで、当事者が集うことができる場の大切さ、必要性を改めて実感した。</li> <li>・参加者の皆さんの力や思いを知ることができた。当事者のことを心配して無意識に本人ができることや権利を狭めている自分がないのではないかと振り返った。</li> </ul>
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会場に着いた時に、不安が高くなった参加者や開始時間までに受付へ来られなかった参加者があった。どちらも、本人と面識のあるスタッフが対応。本人の意向をかなえるためにも、本人の力や自主性を最大限大切にすることとあわせて本人の苦手になっているところへの配慮等の支援も必要。</li> <li>・企画を開催するにあたって、提案する時点から、賛同し背中を押してくれる仲間がいて、準備から会の運営まで、一緒に考え、動いてくれた。企画を進める側にも、仲間がいることが大切で必要。</li> </ul>

## 2【オレンジ山口語りの集い】

これから… (注力していきたいことなど)	<ul style="list-style-type: none"><li>・当事者が会うことができる場を当事者と一緒に企画していくこと</li><li>・定期的な開催</li><li>・本人のやってみたい事や力を発揮できる場を一緒に考え、広げていきたい。その為にも関係機関との連携を進めていきたい。</li></ul>
備考	<ul style="list-style-type: none"><li>・今回の参加者に、11月開催のりあんの会で、ご自身の体験や思いを話していただいた。一つの活動を思い切って始めることで次の活動への道が開けてくること、多機関が関わることでそれぞれのできることの中に活動を広げるチャンスがあることを感じている。</li></ul>

### 認知症の人からのメッセージ

- ・初対面とは思えないほど、楽しかった
- ・皆同じ病気という、暗黙の了解の上での安心感があった
- ・半数がスタッフで驚いた
- ・全部準備してもらって、乗っかるだけでは面白くないと思った
- ・困っていることは同じだから、生活上の工夫などを情報交換したい
- ・身近な場所で開催してほしい

### 3【りあんの会（認知機能向上のための学習会・交流会）】

<b>所属・氏名</b>	こころの医療センター認知症疾患医療センター 坂本 珠恵 若年性認知症支援コーディネーター 家城 利右子
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など  ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバーなど	〈背景〉H27年に当センターで対応している若年性認知症の方の居場所を作る目的で同年代の高次脳機能障害の方も対象にし、高次脳機能障害支援センターと共催で開催した。  〈目指したこと〉当事者、家族が集え、同じ悩みを抱える方同士が交流でき、やってみたい事を選択でき、楽しめるようなプログラムを企画している。今年度より、参加者の方に親しみやすくなるよう「認知機能向上のための学習会・交流会」から、「りあんの会」（りあん＝絆）と改名した。当事者同士が語れるプログラムを実施し、仲間づくりの場の提供。また、地域の当事者、家族への広報できるよう行政との共催にした。  〈メンバー〉市、認知症疾患医療センター、高次脳機能障害支援センター、若年性認知症支援コーディネーター、ボランティア（支援者、家族会）
<b>対象者や参加者の反応変化・本人の声</b>	〈家族〉「同じような悩みを共有出来て気が楽になった。」と毎回参加をいただいている方もいる。  〈本人〉楽しかった。また来たい。コーヒーを振舞えるような場を作りたいなど本人のやりたい事を言える場に。
<b>やってみて、よかったこと（結果や学び）</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市との共催にすることで、参加者が増え、サービス未利用の方は、その後の支援に関わっていただく機会となった。</li> <li>・本人同士の会では、同じ病気を明るい表情で語る方を見て元気づけられる方もおられた。就労継続支援を利用していらっしゃる方の話を聞かれて、就労継続支援への見学につながった方もおられた。やってみたい事を語られる場になってきている。</li> <li>・家族から、普段家族には見せない顔に驚かれ、「思っていることを聞いて良かった」という感想もあった。</li> </ul>
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・当事者の会では、支援者に一人ずつついてもらい、何か困った時に声をかけやすい環境設定を行った。（プログラム前に打ち合わせを開催）</li> <li>・どなたでも参加できるようなプログラムの企画</li> <li>・家族同士でしっかり話ができるようにグループ分け、タイムスケジュールの調整を行った。何かあれば、支援者から社会資源等の情報提供をできるようにした。</li> </ul>



### 3 【りあんの会（認知機能向上のための学習会・交流会）】

<p>これから… （注力していきたいことなど）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 移動手段の課題があるため、地域の交流センターなど、参加しやすい場の設定。</li> <li>・ 本人、家族が次につながるための会へ。本人がやってみたい事を実現できるよう、支援の輪を広げていく。</li> <li>・ 本人、家族が笑顔で交流を図れる場にしていきたい。</li> </ul>
<p>備 考</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ マンパワー不足があるため、関係機関にボランティアを募るようにしている。ボランティアの方（支援者）にも若年性の方や家族の悩みを知っていただき、今後の支援に活かしていきたいなどの声をいただいている。</li> </ul>



#### 認知症の人からのメッセージ

- ・ 毎月でも開催してほしい
- ・ 参加者としてゲームは面白かったから、もう少し続けてほしかった
- ・ アンケートがあったら、書いたのに

## 4【若年性認知症の人の家族のつどい「くつろぎ花花」

### と若年性認知症の人の当事者交流会】

<b>所属・氏名</b>	岩国市高齢者支援課 森岡 理美 小野原 利子
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバーなど	若年性認知症の人の家族のつどい「くつろぎ花花」の継続開催と若年性認知症の人の当事者交流会の開催  ・家族同士が話す機会をもつことで、お互いの状況を認め合う、分かり合うことができる。 ・認知症地域支援推進員や地域の社会福祉法人専門職が参加することで情報を受けることができる。 ・年2回当事者同士の交流、内1回は小学生との交流 ・地域のボランティアや社会福祉法人の関わり
<b>対象者や参加者の反応変化・本人の声</b>	・人と話すことで気持ちが楽になった。 ・同じ悩みや、これからあるかもしれない悩みを同じ立場の人から聞くことができた ・当事者は活動時に笑顔がみられる
<b>やってみて、よかったこと（結果や学び）</b>	・つどいだけの関係でなく、介護者同士がつながり相談し合える関係が自然とできた。孤立していた若年性認知症の人の家族が他者となつなかりを得られるきっかけとなっている。 ・当事者は表情が豊かで家族も驚く
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	・お互いが話せる雰囲気を作り参加する専門職等は多くを語らない。 ・当事者が過ごしやすい場作り
<b>これから…（注力していきたいことなど）</b>	年齢や抱えている悩みにばらつきがあるため、グループわけをするなどの配慮
<b>備考</b>	

#### 4【若年性認知症の人の家族のつどい「くつろぎ花花」 と若年性認知症の人の当事者交流会】

認知症の人からのメッセージ

- 自分の居場所は必要
- 同じ病気の人が集まれる場所があった方がいい
- 自分の住む市町にもあったらいいなあ

## 5【若い家族のつどい（若年性認知症の本人、家族のつどい）】

<p>所属・氏名</p>	<p>山口市高齢福祉課山口市基幹型地域包括支援センター 田中 英光 竹谷 妙子</p>
<p>活動内容</p> <p>・開催のきっかけや背景など</p> <p>・目指したこと</p> <p>・行ったこと</p> <p>・関わったメンバー</p> <p>など</p>	<p>若い家族のつどい（若年性認知症の本人、家族のつどい）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・山口市では、当初から若年性認知症の男性介護者が多く、みんなで集まりたいという要望があり、平成 23 年度から開催している。</li> <li>・目的：若年性認知症の介護をしている介護者同士が交流することにより、介護者の心の負担を軽減すること。</li> <li>また、介護者が本人のストレスに気づき、少しでも介護をプラス指向に捉えられるようになること。</li> <li>・今年度は、「料理教室&amp;交流会」「紅葉狩と昼食会」を行った。年に3～4回開催。</li> <li>・料理教室の時、日頃は料理を本人は行っていないが、指示があれば、野菜を切ったりカニカマを割いたり、コーヒー寒天を作ることができた。日頃料理をしないので気づかなかったが、本人の自信につながった。みんなが、コーヒー寒天を褒めると、嬉しそうに笑っておられた。妻は、実母の介護もしておられ余裕がないが、本人のできることをさせたいと思われた。</li> <li>・担当ケアマネジャー、管理栄養士、地域包括（認知症地域支援推進員）、基幹型地域包括職員等。</li> </ul>
<p>対象者や参加者の反応変化・本人の声</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妻を介護されている介護者（夫）が妻の病状が進行し落ち込んでおられたが、参加して気分転換できた。</li> <li>・本人から、「次が楽しみである。」と言われた。</li> <li>・認知症地域支援推進員から、「よい出会いになった。今まで地域とつながりがない方を、地域とつないでいきたい。」という意見あり。</li> </ul>
<p>やってみて、よかったこと（結果や学び）</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 会を通し、本人の症状の進行の早さやそれに伴う介護者の心情を理解する機会となり、早期にケアができる体制につながる事が大切であると学んだ。</li> <li>② 介護者の悩みを参加者と共有することで、介護者の心の負担が軽減できた。</li> <li>③ 本人、介護者、担当ケアマネジャー、関係者が活動を通して本人の新たな一面を発見できた。</li> </ol>

## 5【若い家族のつどい（若年性認知症の本人、家族のつどい）】

開催におけるポイントや注意点	ケアマネジャーと連携し、対象者の状況を把握した上で、内容や交流会の持ち方を検討している。
これから… （注力していきたいことなど）	最近は介護者が働いている方が多く、参加者が少ない。この会のPRをするとともに参加しやすい日時、会場の設定を行う等工夫することで、開催を継続し、介護者同士の交流や本人も楽しい時間が過ごせるように開催していきたい。
備考	

### 認知症の人からのメッセージ

- 自分の居場所は必要
- 同じ病気の人が集まれる場所があった方がいい
- 自分の住む市町にもあったらいいなあ

## 6【出張形式による認知症カフェ】

<p>所属・氏名</p>	<p>グループホーム万年青 宮内 一弥 周南市地域福祉課 富永 拓</p>
<p>活動内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・開催のきっかけや背景など</li> <li>・目指したこと</li> <li>・行ったこと</li> <li>・関わったメンバーなど</li> </ul>	<p>【背景】 “認知症サポーター養成講座”や“男性介護者の集い”など他の事業にて、関わったメンバーは既に顔見知りの関係となっていた。そんな中、“男性介護者の集い”参加者から「私の周りにも相談したい思いがある人は数名いるが、市や包括に行くのはハードルが高いと聞いたことがある」との意見があり、これを受け、認知症カフェの在り方を考え、試験的に対象者の自宅に何う出張形式による認知症カフェを開催することとなった。</p> <p>【目指したこと】 認知症本人・家族が疾患を気にすることなくその場を楽しむことができる</p> <p>【行ったこと】 認知症カフェとして本人や家族の自宅に出向き、本人や家族が自宅に招きやすい人も誘って相談や雑談、介護疲れの愚痴などが言える場を提供する。</p> <p>【関わったメンバー】 認知症本人（妻）・家族（夫）、グループホーム職員、他の家族会会員、地域福祉コーディネーター（娘）、地域住民</p>
<p>対象者や参加者の反応変化・本人の声</p>	<p>【本人】 実施当日の曜日は普段利用しているデイサービスが休みであり、自宅内で夫と過ごすことが多いが、メンバーの来客があったことで、夫から見ても笑顔が増えたとのこと。また、冗談を何度も言うなどリラックスした様子が見えかけた。</p> <p>【家族】 夫：普段、自宅内では寡黙であるが、当日は笑顔も多くみられ饒舌であったため、娘夫婦からも「お父さん、楽しそう」との発言があった。夫本人からも「来てもらえてありがたい」との発言もあった。 娘：地域での福祉活動に従事されており認知症カフェを知っていたが、「高齢者ばかりで同年代がないので、行っても相談しにくい」との発言が事前にあった。しかし、当日の両親の楽しんでいる様子を見て「大切なのはこういうことなんですよね？」との発言があった。</p>

## 6【出張形式による認知症カフェ】

<p>やってみて、よかったこと (結果や学び)</p>	<p>関わったメンバーからも「今後、同じような取り組みが他事業所でも試みてもらえたら良いのでは」との意見もあり、認知症カフェの“運営をどうするか”ではなく“本人とその家族のためにどうするか”を再認識するきっかけとなった。本人や家族の楽しそうな様子も伺えたため、関わったメンバー全員の小さな成功体験になったと感じる。</p>
<p>開催におけるポイントや注意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域からの目を気にせず気軽に参加できるように、開催規模を大きくせず、お試し感覚で実施する(市名・施設名入りの車の駐車にも注意)</li> <li>・当事者が不穏になりそうな場合は中止も視野に入れておく</li> <li>・家族と関係性が築けていない場合は、無理に相談を促さずに関係性の構築から目指していく</li> </ul>
<p>これから… (注力していきたいことなど)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人や家族視点でのカフェの在り方を考え、カフェ運営者へ多様なカフェの在り方を伝えたい</li> <li>・今後、同様の取り組みが市内でも展開できればと考える</li> </ul>
<p>備考</p>	<p>【地域課題】今後、認知症カフェ運営者側の『もてなしたい』と、本人や家族の『参加しやすい場所』のギャップを埋めていく必要がある。</p>



## 6【出張形式による認知症カフェ】

### 認知症の人からのメッセージ

- 嬉しいサービス
- 発想がいい！
- いいですね！ホームパーティみたい
- 認知症のことを理解している、説明できる人が訪問してくれることの効果は大きい
- 特別なこととしないで、どんどんやってほしい





## 7【認知症カフェ”メンズデー”】

<b>所属・氏名</b>	平生町健康保険課 常盤 智子 平生町高齢者地域包括支援センター 大木 萌華
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	<p>〈背景〉日頃の男性介護者の方との関わり、認知症カフェ参加者や認知症対応型事業所連絡会での声から。          (男性ならではの悩み、抱え込みがち、孤立しやすい…など)          〈目指したこと〉情報や知識を得られ、同じ立場・目線で思いを分かち合える場所づくり。介護負担の軽減          地域の事業者の活躍の場、地域貢献の場として          〈行ったこと〉認知症対応型事業所連絡会主催で特別企画「認知症カフェ・メンズデー」を開催。今後は定期的な開催を予定          〈メンバー〉認知症対応型事業所連絡会          行政          地域包括支援センター（推進員）</p>
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	参加者より 「情報はあっても、届いていない。」 「どこに行けばいいのか、何を相談したらいいのかわからない。」 「悩んでいる人はたくさんいる。もっとたくさんの人に来てもらえるように、PRを工夫した方がいい。こういう場所があった方がいい。」 「料理のこと、トイレの介助のこと…具体的なことが聞きたい。」
<b>やってみて、よかったこと (結果や学び)</b>	ゆるやかなつながりの場になり、素朴な疑問もお話いただいている。 地域の事業者の方に参加いただくことで、具体的なアドバイスができ、共有ができています。 参加者の方同士のとつながりができています。 「生の声」を聞く場所として、支援者としても学ぶことが多い。
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	事業所の方、日頃からつながりのある方から声をかけてもらう。 (参加のハードルを下げる) PR方法の検討。 話しやすい雰囲気づくり。 連絡会を通して、開催前後の打ち合わせをしていく。今後の内容について検討を重ねていく。
<b>これから… (注力していきたいことなど)</b>	皆さんの声から今後の内容を考えていく。 参加者の増加を目指して、PRを検討。
<b>備考</b>	

## 7【認知症カフェ”メンズデー”】

認知症カフェ 特別企画

cafe **おま**

メンズデー 男性介護者の集い

こんなとき どうしよる？

「認知症カフェ」特別企画として  
“男性介護者の集い”を開催いたします  
介護の悩みや、聞いてみたいことはありませんか？  
みなさんの参加をお待ちしています！

こんなこと があったらね

日時：9月10日（火）15:00～16:00  
（※時間内の出入りは自由です）

場所：ふれあいまちづくりセンター  
あいあむ

参加費：100円（飲み物、お茶菓子をを用意します）

主催：平生町認知症対応型事業所連絡会  
（グループホーム：さんぼみち などして ひらお♡みんなの家 認知症対応型通所介護：さが♡みんなの家）

お問い合わせ先：56-8000（平生町社会福祉協議会 担当：大木）

認知症介護に携わる男性の職員さんも参加します！

男性介護者の集い

認知症カフェ”メンズデー”

OPEN **おま**

日時：12月11日（水）  
10:00～11:00

場所：ふれあいまちづくりセンター  
あいあむ

参加費：100円（飲み物、お茶菓子をを用意します）

みなさんの参加をお待ちしています

次回≫2月12日（予定） 3か月ごとに定期開催します！

主催：平生町認知症対応型事業所連絡会  
（グループホーム：さんぼみち などして ひらお♡みんなの家 認知症対応型通所介護：さが♡みんなの家）

お問い合わせ先：56-8000（平生町社会福祉協議会 担当：大木）

認知症介護に携わる男性の職員さんも参加します！

### 認知症の人からのメッセージ

- 同じ仲間が集まれる場があるのはいい
- 紙面のPRだと興味がないとひっかかからない
- 人から勧められることが一番、動機になる
- 続けていってほしい

## 8【認知症カフェ】

<b>所属・氏名</b>	周防大島町地域包括支援センター 川口 雅枝 弥益 奈々
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など  ・目指したこと  ・行ったこと  ・関わったメンバーなど	<p>＜認知症カフェの設置＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・開催のきっかけや背景          本町は過疎化・高齢化が進行し、独居や高齢夫婦世帯が多い。また、介護保険認定者での認知症自立度Ⅱ以上の人が多いが、在宅率も高い状況。          このような状況の中、住民同士の見守りや関係機関、行政が協働し、認知症になってもできるだけ長く住み慣れた地域で生活することを目指している。その一環として認知症カフェは重要な資源であると考えており、今年度3カ所の認知症カフェを設置した。</li> <li>・目指したこと          周防大島町における認知症カフェの役割を共通認識した上で自主的に定期的な開催が出来ること。認知症に対する理解が進み、認知症に関する協力の輪が広がること。</li> <li>・行ったこと          地域の人材を活かし、認知症についての関心を高め、見守る人たちの広がりを持ちたいと考え、補助金要綱を定め、設置希望者を募った。内容はそれぞれの認知症カフェで検討し、月1回開催されている。行政は後方支援の立場を取り、カフェ責任者と協力者を対象に開催前に研修会、5か月後に情報交換会を開催した。また、認知症カフェの周知に向けてのPR活動やカフェ開催時には職員も出向き、相談対応や実施状況を把握している。</li> </ul>
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	<p>①介護保険事業所の介護福祉士が責任者として開催している認知症カフェ。参加者は本人・家族が中心で。ボランティアの多くはカフェ近くの認知症家族の会の会員であり、地域に根付いた会話ができて参加者からは「楽しい」との声が挙がっている。          介護保険申請からサービスに繋がった人やデイサービスを拒否していた人がデイサービスに行くようになったというケースあり。ケアマネージャーや事業所サービス担当者の参加もある。</p> <p>②障害のある人の出かける場として活用している施設を利用した認知症カフェ。責任者は保健師であり、地域の高齢者や認知症の本人、障害のある人も一緒に参加することを目標としている。認知症の本人の参加は毎回ではないが、徐々に参加者が増</p>

## 8【認知症カフェ】

	<p>えて来ている。地域の民生委員や福祉員が毎回集い、認知症についての情報収集や対応方法について話し合える場となっている。ケアマネージャーの参加もある。</p> <p>③「島マルシェ」というイベントの一角で行われている認知症カフェ。比較的若い人に認知症について周知出来る場となっている。高校生や事業所のサービス担当者の参加もある。責任者は作業療法士でケアマネージャーをしている。イベントの場を活用しているため、広報活動が主であり、必要により、他の2か所の認知症カフェの紹介をしている。</p>
<p>やってみて、よかったこと (結果や学び)</p>	<p>それぞれの認知症カフェの責任者は案内チラシの作成から地域の人への声かけ、内容など主体的に考え、それぞれが意味のあるカフェとして継続している。住民の底力を見たように思う。私たちはその力をうまく発揮できるように工夫していく必要があるのではないかと感じた。</p> <p>認知症カフェについての反響は大きく、まだ開催していない地域でも開催の要望があったり、認知症カフェを開催している地域の民生委員やケアマネージャーが参加したりと認知症カフェを通して認知症を理解し、認知症の人への見守りの機運が高まってきていると思われる。また、関係する人達との繋がりが持たれ、今後の本町の認知症対策について意見を聞きながら、一緒に考えられる素地が出来てきているのではないかと思う。</p>
<p>開催におけるポイントや注意点</p>	<p>認知症カフェ責任者は開催内容や参加人数などの不安を抱えながらも工夫し、試行錯誤しながら実施している様子が窺える。実施している3カ所のカフェで情報交換や他市町村の状況も聞きながら情報交換ができると良いと考える。</p>
<p>これから… (注力していきたいことなど)</p>	<p>各地域(旧町4地区)に認知症カフェの設置を目指し、住民から身近な場所で利用できるようにしたい。また、開催している認知症カフェは今後も継続できるように後方支援をしていきたい。</p>
<p>備考</p>	

### 認知症の人からのメッセージ

- ・認知症カフェ：名前がよくない。わざわざ認知症ってつけなくてもいいのに
- ・元気な時に行ける場所があるのは嬉しい
- ・いつでも、好きな時、行きたい時に行けるカフェがあるといいな

## 9 【認知症啓発事業】

<b>所属・氏名</b>	光市認知症を支える会            山下 悦子 光市地域包括支援センター    安武 節枝
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	<p>①<b>認知症啓発事業において、認知症の人の家族が思いを話す時間を設定。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症啓発事業とは…光市協働事業提案制度による事業。提案団体は光市認知症を支える会で光市と協働し実施。市民や支援者の認知症に対する正しい理解や対応力の向上等を目指し、アドバイザーを設け、モデル地区において認知症に関するワークショップを2回コースで開催。</li> <li>・元々の事業にその予定はなかったが、認知症の人やその家族の思いや声を大事にしていきたい、と考えていた中で、モデル地区内でよい出会いがあり、急遽事業に組み込んだ。</li> <li>・中等度のアルツハイマー型認知症を診断された人とその娘さんが毎日散歩をしており、その時の地域の人とのふれあいや支援、ご本人の様子から読み取れる思いを娘さんから話していただいた。</li> </ul> <p>②<b>認知症の人の声やその家族の思い、また、認知症の人がいきいきと暮らしている事例を集める用紙や、認知症カフェで当事者の声や様子をスタッフが書き留める用紙を作成</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症カフェや家族会の例会で、当事者同士が話す場を設定したり、思いを聞きだそうと試みるも、上手くいかず……。でも、支援者等が日頃の関りの中で、当事者の色々な声や思いを聞いたり感じたりしているはずなので、まずはそれを集めよう、ということになった。</li> </ul> <p>③<b>認知症カフェのスタッフ会議で、「本人座談会」のDVDを視聴</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・カフェのスタッフが、認知症の人へ上手く関われずにいたり、どう関わればよいか悩んでいたなかで、認知症の人の思いに沿ったカフェについて考える機会として。</li> </ul>
<b>対象者や参加者の反応変化・本人の声</b>	<p>① ワークショップ後のアンケートにおいて、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症であることを隠さず、みんなに理解してもらうことの大切さがわかった。</li> <li>・当事者の話なので、大変なこともよく分かり、少しでも手助けや応援をしたいと思った。</li> <li>・認知症になっていつもと変わらない態度で接することが必要。等の意見があり好評だった。</li> </ul>

## 9【認知症啓発事業】

	<p>② 認知症の人から「(やりたいこと) 皆と話しをすること、歌を歌うこと、軽い運動をすること」「妻が心配しすぎる!!」といった声が届いたり、ケアマネや介護事業所から良い事例等が少しずつ届いている。</p> <p>③ DVD を見ることで認知症の人のイメージが変わり、積極的な意見交換を行うことができた。</p>
<p>やってみて、よかったこと (結果や学び)</p>	<p>① 認知症の人本人や家族の直接の声は、心に響くものがあり、説得力があることを実感し、認知症についての偏見をなくしたり、正しい理解を進める上で、とても有効であることを感じた。</p> <p>② 「本人座談会」DVD は、認知症のイメージを変えるものとして有用だと感じた。いろいろな事業のなかで活用していきたい。</p>
<p>開催におけるポイントや注意点</p>	<p>講演会等で、認知症の人や家族に話をしてもらおう場合、話をしてもらおう人の思いに配慮しながら、上手く伝わるような支援が必要。</p>
<p>これから… (注力していきたいことなど)</p>	<p>まずは、認知症に対する偏見をなくし、イメージを変えていけるように、また認知症の人やその家族の思いに沿った活動や取り組みができるようにしていきたい。</p> <p>① 来年度も認知症啓発事業を継続して実施。モデル地区での振り返りの会と、市全域を対象とした講演会等を開催。市全域を対象とした講演会の中で、認知症当事者の方に話をしてもらおう時間を設ける予定。</p> <p>② 集まった声や思い・事例を、パンフレットにまとめたり、地域包括支援センターで実施する事業等で披露していく予定。</p> <p>③ 認知症カフェで当事者の思いに沿った対応ができるよう、スタッフの打ち合わせ等を充実させていく。状況に応じて、本人同士が話せる場を設定していきたい。</p>
<p>備考</p>	

### 認知症の人からのメッセージ

- ころころの鍵が開くタイミングは、人それぞれ
- 認知症という病気ありきで、自分を見てほしくない
- 病気の話は、家族とは逆にしにくい

## 10【認知症支援ボランティア養成講座受講者連絡会】

<b>所属・氏名</b>	認知症介護指導者 長岡 厚枝 萩市西地域包括支援センター 細田 有希子
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	認知症支援ボランティア養成講座受講者連絡会での「本人発信支援」についての学び <ul style="list-style-type: none"> <li>・包括主催のボラ養成講座を今年度長岡さんも受講。今年度の連絡会は、「本人発信支援」についての学びの機会にと考え、第1回「本人にとってのよりよい暮らしガイド」第2回「本人座談会」を題材に研修を行う。</li> <li>長岡さんも参加した第3回の連絡会では、「本人の声を聞く」ことについて、普段見過ごしがちなことを参加者で振り返った。</li> <li>・自身を含め、ボランティアさんたちも「本人が思いや希望を伝える力を持っている」ことをあらためて受けとめ、自分なりにどのような関わりが可能かを考えるきっかけにする。</li> <li>・第1回、第2回の連絡会での研修を受け、第3回の連絡会では、「本人の声を聞く」ことについて見過ごしがちなことを、保健師から実例を聞きながら、日々の自身の活動の中で振り返ってみる。                      （認知症支援ボランティア、保健師、社会福祉士）</li> </ul>
<b>対象者や参加者の反応変化・本人の声</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「認知症の父の受診に同行し、父の状態について医師の質問に答えようとしたら、医師から『ご本人に聞いているんですよ』とたしなめられたことがある。意識していたわけではないが、自分の中に『認知症の父は十分答えられない』という思い込みがあった</li> <li>・認知症ということだけでなく、例えば障がいを持っている人に対してもそういうこと（良かれと思って代弁する）はありがち。自分の中にも先入観がある。その払拭からではないか</li> </ul>
<b>やってみて、よかったこと（結果や学び）</b>	参加者の意見から、単発で行うのではなく3回の連絡会を通じた学びとしたことで、「本人の声を聞く」ことについて少しでもイメージできたのではないかと思われた。
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	ボランティアさんは「役に立ちたい」という気持ちが強いが、本人を「お世話する対象」としてではなく、気持ちを尊重しながらできない部分を補い、「共に主役」となれるように意識してもらえたらと思う。



## 10【認知症支援ボランティア養成講座受講者連絡会】

これから… (注力していきたいことなど)	ボランティアさんは地域等にいろいろな場を持っておられる。意識して本人と話をしたり、またそのような雰囲気づくりをしていくことで、地域の参加者も自然にそのような関わりができていければと思う。
備考	認知症支援ボランティアの「支援」という言葉が良し悪し

### 認知症の人からのメッセージ

- こころの鍵が開くタイミングは、人それぞれ
- 認知症という病気ありきで、自分を見てほしくない
- 病気の話は、家族とは逆にしにくい

## 11 【認知症対応型事業所連絡会】

<b>所属・氏名</b>	平生町健康保険課 常盤 智子 平生町高齢者地域包括支援センター 大木 萌華
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバーなど	<p>〈背景〉我が町ならではの取り組みを考えていく上で、まずは認知症ケアの専門家として、地域の支え手のみなさんの声、気づきを聞きたいと考えた。</p> <p>〈目指したこと〉ネットワークの構築。地域の認知症への理解促進、対応力の向上。家族・介護者支援⇒本人支援。横のつながりを持ちながら事業を展開していく。</p> <p>〈行ったこと〉定期的に（3カ月に1回）連絡会を開催地域の現状やこれまでの認知症施策を共有し、今後の取り組みを検討</p> <p>〈メンバー〉認知症対応型事業所（グループホーム、認知症対応型通所介護事業所）行政・地域包括支援センター（推進員）</p>
<b>対象者や参加者の反応変化・本人の声</b>	<p>回を重ねていく中で少しずつやりとりが活発になってきている。</p> <p>ざっくばらんに話ができる場所として、情報交換、意見交換ができるようになってきた。</p>
<b>やってみて、よかったこと（結果や学び）</b>	<p>今後に向け、顔の見える関係、横のつながりづくりが出来てきている。</p> <p>多くの気づき、アイデアが得られる場になっている。</p>
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	<p>最初に目的、目指すものをお伝えし、皆さんの協力を得られるように心がけた。</p> <p>事業所の負担も考慮し、持って帰るもの（実り）がある場所になるように資料やテーマを検討。</p>
<b>これから…（注力していきたいことなど）</b>	<p>まずは、続けること。打ち上げ花火にならないよう、継続性、長期的な視点を持って開催していく。</p> <p>認知症カフェメンスデーの開催、他、認知症施策の検討にあたって事業所のお声をお聞きできるようにしていく。</p>
<b>備考</b>	

## 11 【認知症対応型事業所連絡会】

### 認知症の人からのメッセージ

- 心の鍵が開くタイミングは、人それぞれ
- 認知症という病気ありきで、自分を見てほしくない
- 病気の話は、家族とは逆にしにくい

## 12【実行委員会形式によるRUN伴の実施】

<p>所属・氏名</p>	<p>萩市西地域包括支援センター 大賀 陽世</p>
<p>活動内容</p> <p>・開催のきっかけや背景など</p> <p>・目指したこと</p> <p>・行ったこと</p> <p>・関わったメンバーなど</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・萩市は高齢化率が 42%をこえ、推計上、認知症の有病者数が3000人、予備軍いれると5000人以上。認知症になっても安心して暮らせるまちをつくるため、理解者を増やすことは喫緊の課題。</li> <li>・自分は関係ないと思っている人やまち全体にPRし、まずは関心をもってもらうためRUN伴を実施した</li> <li>・実行委員には、包括保健師、グループホームの管理者、ケアマネ（木村さん）、薬剤師、理学療法士、施設相談員、デイサービス管理者、音楽療法士、介護福祉士等 10名</li> </ul>
<p>対象者や参加者の反応変化・本人の声</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症の方本人から、「この年まで長生きしてたらこんなに楽しいことがあった」という声が聴けた。</li> <li>・「他人事じゃないからね」とポスターを貼らしてくれた</li> <li>・応援をお願いした商店街の方々が沿道に立って手を振ってくれた</li> <li>・とにかく参加者も委員もみんなが楽しそうだった！</li> </ul>
<p>やってみて、よかったこと（結果や学び）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チラシを貼ることを依頼して回った際に、良くも悪くも地域の生の声が聞けた。</li> <li>・仕事上だけのつながりだった人たちと、同じ方向に向かって行事を行ったことで、さらに深くつながりができ、よりスムーズに仕事ができるようになったと感じる。</li> <li>・同じ思いの人がたくさんいることが分かった、いろいろな人の協力が得られた。人材発掘ができた。</li> </ul>
<p>開催におけるポイントや注意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「認知症は特別な病気じゃなく、みんななるんですよ。だから、なっても住みやすいまちをみんなで作ろう」というメッセージを発信。</li> <li>・そのために、自分たちに何ができるか考えてもらうきっかけにすることも忘れない。</li> </ul>
<p>これから…（注力していきたいことなど）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日ごろからあまり協力的でない機関にこそ、声かけを行い、一緒に取り組んでいきたい。</li> <li>・ルート上の店だけじゃなく、市内全域にRUN伴のポスターが貼ってある状態にしたい（城下町マラソン並みにみんなが知っているイベントにしたい）</li> </ul>

## 12【実行委員会形式によるRUN伴の実施】

備考	・RUN 伴の実行委員だったメンバーを中心に、空き家を利用した認知症カフェの実施につながった。
----	---



認知症の人からのメッセージ

- ・RUN 伴：初めて聞いた
- ・イベントを通じて行おうのがいいと思う

### 13【世界アルツハイマーデー イベント】

所属・氏名	認知症の人と家族の会山口支部萩ブロック 木村 恵子
<b>活動内容</b> ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバーなど	1. 9月21日の世界アルツハイマーデーに、認知症の人と家族の会では、全国各地で、認知症支援のオレンジ色のライトアップを行っている。「是非萩市でもライトアップを…」との声が山口県支部よりかかり、2018年より行うこととなった。 2. 萩市民の認知症の理解と支援の輪を広げることを目的としている。 3. 映画「八重子のハミング」の舞台となった金谷天満宮をオレンジ色にライトアップし、イベントを行った。 4. 認知症の人と家族の会山口支部世話人・萩市包括職員・萩市民有志が関わっている。
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	「認知症はひとつではない」との認識が強く、認知症関連のイベントには興味があり、「来年もライトアップを是非企画してほしい」との声があった。
やってみて、よかったこと (結果や学び)	金谷天満宮の宮司陽 信孝氏は、若年認知症に罹患した奥様の介護体験のご経験があり、認知症の啓発活動の場として最適な場である。陽宮司の、認知症のミニ講話は、心打つものがあり、参加者の涙を誘う場面も見られ、主催者として嬉しく思った。
開催におけるポイントや注意点	2018年はライトアップとイベントの最中に大雨に見舞われたが続行した経緯がある。2019年は直前に、台風予報となり、イベントは中止とした。ライトアップは縮小化し、ごく一部の参加にて行った。楽しみにされていた市民もあり、天候に左右されない方法を来年度から考える必要あり。
これから… (注力していきたいことなど)	金谷天満宮のライトアップと共に、音楽や踊りなどの催し物を同時に行い、たくさんの方に見に来てほしいと思っている。萩市報やチラシにて宣伝をしているが、専門職以外の萩市民への周知・関心は希薄である。萩市民への周知が課題である。
備考	催し物を同時に行うことは、萩市独自のものであり、費用が問題である。萩市民の意気込みで行っている。

## 13【世界アルツハイマーデー イベント】

2018年ライトアップ写真



2019年ライトアップ写真



認知症の人からのメッセージ

- 9/21の世界アルツハイマーデーなんて、聞いたことがない
- 人から人に伝わって広がるのが確実
- 地道に頑張ってもらいたい

## 14 【認知症にやさしい図書館】

<p>所属・氏名</p>	<p>下関市長寿支援課 石津 友恵 田中 麻子</p>						
<p>活動内容</p> <p>・開催のきっかけや背景など</p> <p>・目指したこと</p> <p>・行ったこと</p> <p>・関わったメンバーなど</p>	<p>●「認知症にやさしい図書館」の企画について</p> <p><b>背景・目的</b></p> <p>・図書館は認知症と診断された人にとって、病気や暮らしについて情報収集する場であり、地域の様々なサポートについて知る場所である。認知症にやさしいまちづくりの一環として、「認知症」に関する情報にアクセスしやすいよう、認知症関連の図書を集めた特設コーナーを設置することで、認知症への正しい理解と関心を深めるきっかけを提供することを目的に企画した。</p> <p><b>内容</b></p> <p>・認知症関連の図書を集めた特設コーナーの設置。</p> <p>◆開催期間：9/1～30 ※世界アルツハイマー月間</p> <p>◆開催場所：下関市立中央図書館 5階</p> <p>◆選書：下記の①～⑥の視点で40冊程度選書を行う。</p> <table border="0" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;">① 疾患に関すること</td> <td style="padding: 0 10px;">② 予防に関すること</td> </tr> <tr> <td style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;">③ 介護家族向け</td> <td style="padding: 0 10px;">④ 当事者の闘病記</td> </tr> <tr> <td style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;">⑤ 児童向け</td> <td style="padding: 0 10px;">⑥ その他（社会問題等）</td> </tr> </table> <p>※選書作業については、医師等の専門の方へ相談。</p> <p>◆その他：特設コーナーに立ち寄るきっかけを尋ねるコーナー、自由記載のアンケートを設置。チラシコーナー（相談先を示したもの、認知症ケアパス等）や回想法コーナーの設置。</p> <p><b>関わったメンバー</b></p> <p>・行政（保健部健康推進課、教育委員会図書館政策課、福祉部長寿支援課）</p> <p>・医療関係者（療養型病院の作業療法士、認知症疾患センター所属の認知症サポート医や臨床心理士（認知症地域支援推進員）、認知症初期集中支援チームの専門医）</p>	① 疾患に関すること	② 予防に関すること	③ 介護家族向け	④ 当事者の闘病記	⑤ 児童向け	⑥ その他（社会問題等）
① 疾患に関すること	② 予防に関すること						
③ 介護家族向け	④ 当事者の闘病記						
⑤ 児童向け	⑥ その他（社会問題等）						
<p>対象者や参加者の反応変化・本人の声</p>	<p>・添付資料の内、「特設コーナーに立ち寄ったきっかけ」「アンケート結果」を参照。</p>						
<p>やってみて、よかったこと（結果や学び）</p>	<p>・利用者の反応から、認知症に関する関心が高く常設を望む声があったこと、改良点について意見をいただけたことは、大きな収穫だった。</p>						



## 14 【認知症にやさしい図書館】

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 普段の生活に馴染みのある場所に、特設コーナーの設置という「しかけ」をすることで、自然な形で認知症に関する普及啓発が展開できた。</li> <li>• 準備期間は短かったが、担当者と相談や役割分担を行い、関係者とも連携しながら本企画を展開することができた。</li> </ul>
開催におけるポイントや注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 企画段階から、認知症対策への取組に造詣の深い関係者へ相談や情報共有をしながら進めていくことが重要なポイントである。</li> <li>• イベント開催2日目に、選書した図書の半数以上が貸し出しされ、急きょ図書を追加し対応した。選書する図書数を更に増やす、あるいは、特設コーナーに設置した図書が大幅に減った場合にどのように対応するか図書館側と打合せをしておく必要がある。</li> <li>• 選書した図書をリスト化し、ファイルに挟んで特設コーナーに設置したが、持ち帰り用の図書リストを用意しておく良かった。</li> <li>• より効果的に認知症に関する情報を入手するための手法として、パスファインダー（特定のテーマについて、関連する資料や情報の入手方法をまとめたもの）を作成し、特設コーナーに設置しておいても良かった。</li> </ul>
これから… （注力していきたいことなど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 市内計6か所の図書館において同様の取組を展開。</li> <li>• 図書館と専門機関（地域包括支援センターなど）が連携し相談応需が可能なしくみを築く。</li> <li>• 図書館職員等と連携し、欲しい情報により簡単にアクセスしやすいような書棚の工夫やパスファインダーの作成等を行い、認知症の方が利用しやすい図書館をデザインする。</li> <li>• 図書館に限らず、普段の生活に馴染みのある場所で、自然な形で認知症に関する普及啓発が展開できると良い。</li> </ul>
備考	

### 認知症の人からのメッセージ

- アンケートを取って、感想を聞いたのはいいと思う
- 開催場所をいろいろ変えるのもよいかも

## 14 【認知症にやさしい図書館】

# 認知症にやさしい図書館



図書館は認知症と診断された人にとって、病気や暮らしについて情報収集する場であり、地域の様々なサポートについて知る場所です。  
認知症にやさしいまちづくりの一環として、「認知症」に関する情報にアクセスしやすいよう、認知症関連の図書を集めた特設コーナーを設置することで、認知症への正しい理解と関心を深めるきっかけを提供することを目的に企画しました。

### 内容

◆開催期間：9 / 1 ~ 30 ※世界アルツハイマー月間

◆開催場所：下関市立中央図書館 5階

◆選書について：①~⑥の視点で40冊程度選書

- ①疾患に関すること      ②予防に関すること
- ③介護家族向け          ④当事者の闘病記
- ⑤児童向け                ⑥その他（報道、社会問題等）

※選書作業については、専門の方に相談。

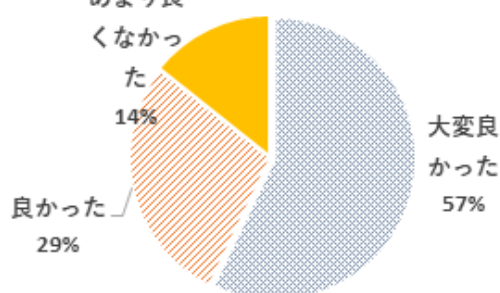
◆その他：特設コーナーに立ち寄ったきっかけを尋ねるコーナーを設置、自由記載のアンケートを設置



【特設コーナーに立ち寄ったきっかけ】

項目	人数
認知症について興味関心があった	31人
身内や知り合いに認知症の方がいる	24人
介護について知りたかった	7人
職業柄、情報を得るため	13人
目に留まったから	40人

【アンケート結果】 n = 7



チラシ・回想法コーナー



【アンケートの自由記載より】

○他人事ではない、いずれは自分も……。常設コーナーを一般書から別に切り離して作る。

○とても良い企画です。続けてください。

○読んだ人の感想や推薦の言葉をつけていると、手に取ってみる力になるのでは。良い企画なので、手にとって立ち読みさせるような仕掛けをぜひ！

○「満月の夜、母を施設に置いて」は、私も母を入所して3か月後に骨折して、3年半に亡くなりました。あともう少し自宅で見ればと、今でも後悔があり、認知症は段々童女になり、本当に愛らしい人になり、施設の帰り道、本当に辛く、やっぱり側でみてやりたかったです。山口恵以子著、「おばあちゃん介護道」もとても身につまりました。

○入口近くにあんな風に展示していたら、ゆっくりみたくてもできない。ただやってます感はいない。とっても残念！もっと工夫が必要なのでは？たとえば入口付近に、こんなのしてますと案内して奥にもう少しゆったり？展示、座ってみることができるようになることも必要なのでは？

## 15【長門圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）】

<b>所属・氏名</b>	長門市高齢福祉課 村田 育未 長門健康福祉センター 村上 祐里香
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	【開催のきっかけや背景】 ・昨年度から引き続き、市と保健所合同で街頭キャンペーンを実施することとした。（自殺対策と一緒に） 【目指したこと】 ・認知症の早期発見、早期対応ができるように、相談窓口や活動の場等を周知。 ・認知症に対する偏見や負のイメージを払拭し、“特別な人ではない”と伝えることで、受診や相談へのハードルを下げる。 【行ったこと】 ・日時：令和元年9月20日（金）10：00～11：00 ・場所：ウェーブ長門店内にて開催。 ・カフェ会場前にのぼりやポスターを設置させてもらい、ウェーブ館内の買い物客を中心に配布。
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	・熱心にチラシを読む方がいたり、「認知症カフェは前から気になっていた」と話す方がいたり、良い反応が見られた。 ・一方「認知症」と聞くだけで苦笑いし、受取を拒否する人もいた。
<b>やってみて、よかったこと （結果や学び）</b>	・相談窓口や活動の場を周知できた。 ・市と保健所との連携が深まり、さらに情報交換しやすくなった。
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	・今年度は、市認知症カフェの周知も狙って、カフェ開催日に併せて実施。 ・「認知症とともに生きる希望宣言」を掲示。
<b>これから… （注力していきたいことなど）</b>	・カフェ参加者（認知症当事者等）の参加を検討したが、参加までの気持ちには至らなかったため、実現できなかった。 ・今後、当事者の負担にならないよう、一緒に活動する場を検討できたらよいと考える。
<b>備考</b>	・当日の認知症かふえの様子 当事者2名、家族1名、はつらつサポーター1名の参加。小人数かつ、顔なじみの参加者であったため、落ち着いた雰囲気でも過ごされる。ちぎり絵や福山ローズ（折り紙）を実施。当事者の女性が千羽鶴を持参され、次回は千羽鶴を皆で折ろうと会話が広がった。

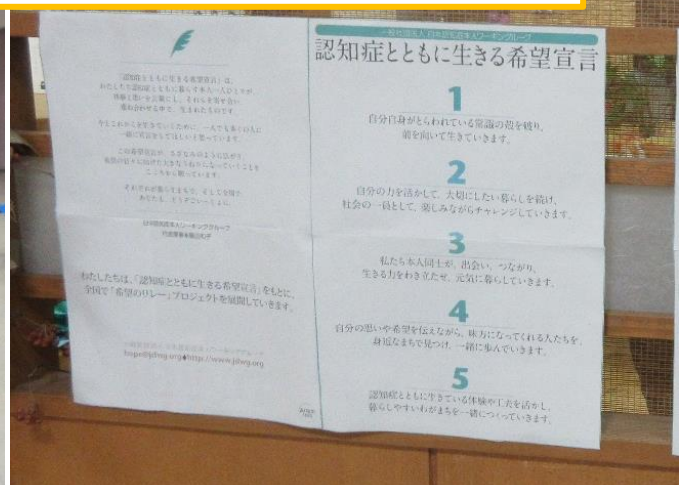
# 15【長門圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）】

## 街頭キャンペーン



配布物

市認知症カフェ（おいで〜家カフェ）の前に、のぼりやポスターを設置しました。



「認知症とともに生きる希望宣言」はキャンペーン後もしばしば掲示してもらいます。

## 認知症カフェ



## 15【長門圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）】

### 認知症の人からのメッセージ

- 9月の予防月間、知らない
- 認知症になったら人生おしまいと思っている人が多い
- 認知症の正しい知識ってなに？
- 自分の関心がないと知ろうと思わない
- 地道に頑張ってもらいたい

## 16【山口・防府圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）】

<b>所属・氏名</b>	山口健康福祉センター 金子 朋子 山口健康福祉センター防府支所 長田 萌花
<b>活動内容</b>  ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン） ・9月は認知症予防月間、自殺予防週間、がん征圧月間、結核予防週間であり、県民及び関係者の認知症に対する関心を高めるとともに、各種健康問題について正しい知識の普及を図るためのキャンペーンを実施。 ・リーフレットの配布、家族会会員による相談会、もの忘れ相談プログラム、血圧測定等を行った。 ・市高齢福祉課、市保健センター、認知症家族会と共催
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	「もの忘れがひどくなったと感じる」「自分では物忘れが始まっていると感じているが、体験して自分の状態がわかってよかった」（もの忘れ相談プログラムを実施した方の声） 認知症に関心がなかった人も、もの忘れ相談プログラムを実施することで、認知症について関心を高めることができた。 「畑仕事や買い物等の予定を入れるようにしたり、日々の出来事を記録するようにしている」等認知症予防を自ら実践していると話される方もいた。
<b>やってみて、よかったこと （結果や学び）</b>	認知症について考える場所があることで、地域の方が認知症について意識し、早期発見につながる良い機会となった。また、住民の声を生で聞くことができた。
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	・住民が集まりやすい日（催事がある日等）に開催する。 ・家族会の方に相談できるブースを設けることで、地域住民が気軽に相談でき、社会資源の一つである家族会の活動について知ることができる。
<b>これから… （注力していきたいことなど）</b>	高齢者が増加する中で、認知症について考えるきっかけがあることで、住民が認知症についての理解を深め、地域全体で認知症の方を見守る体制を作ることにつながる。そのため、当事者家族や関係機関と連携しながら、今後も幅広く正しい知識の普及を行っていく。
<b>備考</b>	

## 16【山口・防府圏域 認知症等予防キャンペーン（街頭キャンペーン）】

【全体】



【もの忘れ相談プログラム】



【相談コーナー】



### 認知症の人からのメッセージ

- 9月の予防月間、知らない
- 認知症になったら人生おしまいと思っている人が多い
- 認知症の正しい知識ってなに？
- 自分の関心がないと知ろうと思わない
- 地道に頑張ってほしい

## 17【柳井医療センター認知症疾患医療センター地域定例会】

所属・氏名	柳井医療センター認知症疾患医療センター 檜垣 綾 藤本 雅子
<b>活動内容</b> ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバーなど	<ul style="list-style-type: none"> <li>・若年性認知症の患者数が少ないため、当医療圏においては提供できる資源に限られ、当事者・家族がサービス利用を希望した際、対応が難しいという現状がある。</li> <li>・既存施設を利用した資源開拓</li> <li>・認知症疾患医療センターが主となり、定期的開催している地域定例会の中で、若年性認知症患者の受診状況の情報提供や事例を交えたディスカッションを行った。</li> <li>・健康福祉センター、医療圏内各市町の地域包括支援センター、行政、山口県長寿社会課、県こころの医療センター</li> </ul>
<b>対象者や参加者の反応 変化・本人の声</b>	<p>本人・家族の他人に知られたくないという思いが、サービスにつながらないこともある。</p> <p>サービス利用がない中では、定期的な関わりは難しい。</p> <p>少人数であるがために、市町で取り組むことが困難。また、医療圏全体としての取り組みも検討したが、消極的であった。</p>
<b>やってみて、よかったこと (結果や学び)</b>	<p>当初、定期的な介入は難しいとされていたが、推進員の役割について再確認できたことで、現在、推進員が自宅訪問を定期的にする事につながった。</p>
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	<p>新規資源の開拓は難しいため、既存の施設をどのように活用するかがポイントと考えている。</p>
<b>これから… (注力していきたいことなど)</b>	<p>資源開拓！！</p> <p>次年度、既存施設への働きかけを検討していく。</p>
<b>備考</b>	



## 17【柳井医療センター認知症疾患医療センター地域定例会】

### 認知症の人からのメッセージ

- 病院は今は欠かせない場所
- 病院が、現在、唯一関わっている機関  
(3人中、2名は市町との関わりなし)
- 最初の病院受診は、敷居が高い

## 18【認知症業務における本人の視点を考慮した支援について】

所属・氏名	岩国健康福祉センター 實近 美沙子
<b>活動内容</b> ・開催のきっかけや背景など ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	○認知症カフェについての目標 認知症疾患医療センターの松重さんとともに認知症カフェに参加。地域にある認知症カフェを知り、当事者の話を聞かせてもらう。相談業務の中で、適切にカフェの紹介をする。 ○認知症相談対応業務についての目標 家族側の困りごとだけに着目するのではなく、当事者の思いや状況を大切にすることを意識をもって対応に臨む。
<b>対象者や参加者の反応や変化</b> 本人の声など	
<b>やってみて、よかったこと</b> （結果や学び）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症カフェへの参加状況…松重さんとの日程が合わず、同時参加はできなかった。松重さんは積極的にカフェを回られていて、状況を共有してくださった。自分自身は定例行事と重なる等により、平日のカフェへの参加がまだ叶わない状況。</li> <li>・相談対応業務…認知症の相談件数は少ないが、本人への対応にあたり、支援関係者と連携をとりながら対応している。実際に足を運んで、本人の状態や思いを確認する作業が大切であるという意識がより高まった。</li> </ul>
<b>開催におけるポイントや注意点</b>	
<b>これから…</b> （注力していきたいことなど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症カフェへの参加を通して、支援者を知り、ネットワークを広げていきたい。それぞれのカフェの良いところを自分なりに見つけていきたい。</li> </ul>
<b>備考</b>	

## 18【認知症業務における本人の視点を考慮した支援について】

認知症の人からのメッセージ

- どこに相談したらいいか、わからなかった

## 【認知症の人からのその他のメッセージ】

認知症について	・認知症は、もやっとしている。言葉でも、現実でもつかみにくい。
	・日によって、波がある。その波が、病気になってから激しくなった。
	・内服は効果がある。丹野さんも言っていたが、頭の中がクリアになる。
	・自分の3年先、5年先のことを知りたいけど、誰も教えてくれない。
	・自分の身の置き場所に不安になる。
	・急に認知症と言われて、認知症について知らないことがいっぱい。
	・病気ありきで、自分をみてほしくない。
	・病気：認知症という引け目がある。
認知症カフェ	・カフェのよいところ：話題が制限されない、世代を超えていろんな参加者がいる。
	・身近な場所に、集いもカフェもあって、状況によって選べるといいな。
移動について	・運転が出来ないことが一番つらい。40年以上無事故無違反なのに、誰もわかってくれない。
	・歩いて行ける所にはひとりで行ける。公共交通機関も間違えてから乗れなくなった。
	・家族には頼みにくい。
その他	・必要以上に、過保護にしないでいいが、かまってもらいたい部分（サポートしてもらいたい）部分もある。
	・一般的なことにあてはめないでほしい。自分自身を見てほしい。
	・自分からはいろいろ言いにくい。内に秘めたパワーを引き出してほしい。
	・頼られると嬉しい。
	・家族だけでなく、自分にも関わることは自分にも直接言ってほしい。
	・希望がほしい。
	・素人だからわからないので、投げかけてほしい。
	・認知症そのものを正しく理解している人、少ない。
	・行政に意見を言って無視されたことあり。
	・山口県内に若年性認知症の人が推計400人いるときいて、ホッとした。
	・いろんな人がいるから、いろんなあたりまえがある。いろいろ違うことを認めあえるとよい。
	・人と人とのつながりが安心する。印刷物だけのPRより、人からの紹介の方が行ってみようという気持ちになる。
	・こんなにもたくさんの方が、認知症について考えてくれていることを知って嬉しかった。

