

「認知症を予防するとともに 認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」

発表者	鳥取西地域キャラバンメイト連絡会	会長	山田 節子
共同研究者	鳥取西地域包括支援センター	保健師	中宇地 康子

1. 問題提起

高齢化により急増する認知症も以前は「痴呆」と呼ばれていたが、平成16年12月に「認知症」という呼び方へ変わった。このことを契機に国において、みんなで認知症の人とその家族を支え誰もが暮らしやすい地域にと「認知症を知り地域をつくる」キャンペーン事業が始まり、全国的な活動が展開されている。このような流れの中、鳥取西地域（青谷・気高・鹿野）キャラバンメイトは、鳥取市認知症予防対策事業の一環として「認知症を予防するとともに認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」をめざして、平成21年4月の連絡会発足から今日まで、鳥取西地域包括支援センターとともに、定例会・研修会と認知症サポーター養成講座・寸劇・パネル展示などの啓発活動や認知症予防教室などの認知症予防対策、そして対外的な活動を行い高齢者の笑顔のために仲間や関係機関の人と手をつなぎ積極的に活動している。今回は、これらの活動をとおして得られた成果や課題を考え、「認知症を予防するとともに認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」のための活動に活かしていきたい。

2. 目的

活動を振り返りながら現状を評価し、課題を検討することによって今後の活動を検討する。

3. 方法

平成21年度鳥取西地域キャラバンメイト連絡会設立から現在に至るまでの活動をまとめ、得られた成果や課題をまとめる。

4. 内容

1. 鳥取西地域キャラバンメイト連絡会の運営

〔目的〕

「認知症を予防するとともに認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」の実現に向けて、鳥取西地域包括支援センターと協働して地域や職域、学校などにおける認知症サポーターの育成とともに認知症予防対策の支援と各種の啓発活動及び関係機関、組織、団体等への働きかけや協力、連携体制づくり、ネットワーク化を推進することを目的とする。

〔活動内容〕

- ① 「認知症サポーター」の育成
- ② 「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」のための普及啓発
- ③ 認知症予防対策のための活動支援
- ④ 具体的活動のための連絡会の開催
- ⑤ 資質向上のための研修
- ⑥ 人権教育の一環としての実施、

2. 活動内容

(1) 「認知症サポーター」の育成

認知症サポーター養成講座実績 21年度 37回 834人 22年度 47回1308人(1/14現在)

① 受講対象者

21年度の講座受講団体は地域の老人クラブが多かったが、22年度は、学校、企業、及び民生委員やふれまち協議会、となり組福祉員や愛の訪問協力員など高齢者に関わる人の受講が多かった。また、人権教育の一環としての要請が多かった。これらは、子どもへの福祉教育や人権教育、企業や福祉に携わる人の対応力向上をめざし、認知症への理解に対する重要性が社会のなかで認識されてきているものと思われる。

② 講座の効果（中学校の感想より）

講座をとおし自分の祖父母への接し方を振り返り、よくない態度だったと自省し今後は否定しないで気持ちを理解していきたい。地域でも困っている人を見かけたら積極的に関わろうという気持ちにかわっている。さらに、認知症に対する理解を家族、地域で広げることや認知症を正しく理解し、暖かく見守っていき、誰もが住みやすい社会をつくっていくことなどの必要性を感じていた。

- ③ 認知症サポーター養成講座で鳥取西地域包括支援センターの役割や連絡先を配布し啓発したことで、鳥取西地域包括支援センターの相談件数が増え介護保険サービスなどの支援につながった。

21年度 全体568件（内認知症関連 9） 22年度 全体878件（内認知症関連 56）

- (2) 「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」のための普及啓発

広くわかりやすく親しみやすく認知症の理解を深めるため認知症キャラバンメイトと協働し寸劇やパネル展示を行う。

① 寸劇実績 21年度 4回 416人 22年度 5回 332人（1/14現在）

② パネル展示 21年度 6回 22年度 5回 688人（1/14現在）

- (3) 認知症予防対策のための活動支援

- ① 鹿野町認知症予防教室（にこにこ教室）への支援

回想法、昔話、絵本の読み聞かせ、昔の遊び、頭と身体の体操とゲーム 手先を使う内容（ちぎり絵、絵手紙） 歌唱（童謡、懐かしのメロディー）

② 回想法出前講座 22年度 7回 165人（1/14現在）

- ③ 認知症予防のためのサロンへの支援

認知症予防教室の運営と支援についての協議 22年度 2回

- (4) 具体的活動のための連絡会の開催

- ① 回数：毎月第4木曜日13：30～17：00

定期的に鳥取西地域キャラバンメイト連絡会を開催

- ② 内容：報告事項、連絡会の計画、講座・寸劇などの役割と対応、教材の作成、地域活動への関わり（認知症予防教室、サロンなど）

- ③ その他：欠席者には、連絡会の内容をまとめて郵送にて報告

- (5) 資質向上のための研修

- ① 研修企画 21年度 3回 22年度 4回

キャラバンメイトの資質向上のために連絡会として主体的に企画運営した。

- ② 研修参加 21年度 7回 22年度 4回

キャラバンメイトが自己研鑽のため自主的に参加した。

- ③ 対外的な活動 21年度 6回 22年度 5回

認知症に関する講演会等における「鳥取西地域キャラバンメイト連絡会」の活動報告など

3. 成果・課題

- (1) 成果

- ① キャラバンメイト連絡会を立ち上げ定例化し情報交換や研修などを行ったり、学校や企業、人権にかかわる認知症サポーター養成講座の講師役を務めるだけでなく、認知症予防教室への支援や回想法などの地域活動を行ったことによりキャラバンメイトの意欲、資質の向上が図れた。

- ② 認知症サポーター養成講座にて鳥取西地域包括支援センターの役割や連絡先を配布し啓発したことで包括への相談件数が増え認知症対応につながった。

また、認知症予防に対する回想法等の重要性などの啓発により、地域のサロンなどにおいて認知症予防のための回想法を活動に取り入れるようになった

- ③ 福祉教育、人権学習など多岐にわたって認知症を知り地域で支え合う意識が高まってきつつある。

- ④ 認知症予防対策に関する活動を広く行い、積み重ねてきた結果、関係機関や地域の組織などとの連携が構築でき、来年度の認知症予防教室への支援などさらなる活動の展開につながった。

- (2) 課題

- ① 認知症に対する偏見や差別をなくすための様々な世代に対する認知症の正しい理解の啓発。

- ② 講座を受講した認知症サポーターの役割に対する啓発や働きかけ

- ③ 関係機関や地域の組織とのさらなる連携強化

4. おわりに

鳥取西地域キャラバンメイト連絡会は、鳥取西地域包括支援センターとの協働しながら、仲間と手をつなぎ心をひとつにし、さらに関係機関や地域の組織とも手をつなぎ、今までの活動の成果を広げるとともに認知症に対する地域の課題に取り組みながら「認知症を予防するとともに認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」のための活動にまい進し、「高齢者が安心して笑顔で暮らせる」種まきをしていきたい。