

第2部 分科会

分科会②「自立支援・認知症施策」

スピーカー：カーレン・ヴィンテン・オネストロプ氏（通訳：大加瀬恭子氏）

座長：塩原貴子氏（フェルマータ船橋事務長代理）

船橋市職員：松川基宏（包括支援課 認知症対策係 主査）

高橋日出男（保健所 健康づくり課 課長）

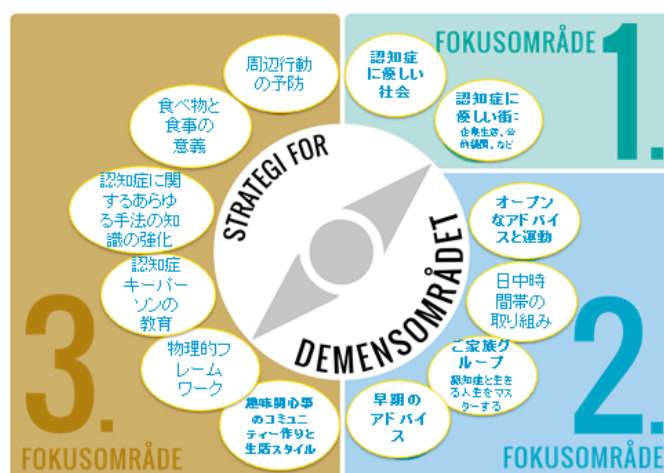
石井聡明（南部地域包括支援センター）

1. デンマークの認知症への取り組み

9月の1週間を「認知症週間」とし、認知症について広く知ってもらうために認知症に関する特集番組、ライブ、トーク番組をテレビで放送する取り組みが行われました。これは全国アルツハイマー協会や国などが絡んでの大きなイベントであり、その週はテレビ以外でも街の至る所で認知症に関するイベントが行われました。

また、イギリスでは、認知症本人の方に対してだけではなく、その人が暮らす街・エリア・国の全てが認知症に対しての理解を持たなければ、認知症の方が住みやすい環境をつくり出すことが難しいという考えのもと、人々への認知症の方に対する理解を深めたり、意識がけをし、認知症の方に対するサポートが提供できるような取り組みを行っているそうです。

認知症にかかられたご本人への働きかけも重要であり、早い段階で認知症であることを見つけ出し、サポートを入れていくことが重要となります。また、デンマークでは、認知症に対して多くの取り組みを行っていますが、それ以外にもたばこは吸わないほうが良い、お酒は飲み過ぎないほうが良いなど、認知症でない方にも共通することがあるかと思いません。



(1) 認知症にやさしいまち

認知症の方にやさしく、暮らしやすいまち、環境は、認知症の方が住むまち全体が認識を持つことが絶対的に必要です。

その取り組みの1つである認知症フレンドですが、救急救命における人工呼吸や心臓マッサージの仕方を習うことと同じようにそういう場面に出くわしたらこうすればいいんだという知識を学びます。

事例 デンマークのある銀行のディレクターの方が、うちの銀行窓口の職員を認知症フレンドにしたいと言ってきた。

きっかけは、認知症の男性の方が銀行に支払用紙を持って窓口に来て支払いをし、支払いが済んだ後に10秒もしないうちにまた戻ってきて、窓口で支払いをしようとしたことでした。窓口の職員が支払済みであることを伝えると、銀行で大きな声を出して怒ったというシチュエーションがあったそうです。

もし窓口の方が認知症フレンドの講習会を受けていたら、「この人は認知症かもしれない」という発想に結びついて、彼が払おうとしていることを否定しない形の対応を考えたかもしれません。例えば、お金を受領した際にスタンプを押してあげたり、もう一回払う前に、「わかりました。支払い完了ですよ」と支払書を返してあげることができたかもしれません。

オーデンセの認知症フレンドに登録されている方の職業は様々です。（認知症の方のご家族や牧師、大学で研究をされている方、認知症ご本人の方など）

それから、オーデンセには「Kallerupvej（ケラロップバイ）」という建物があります。そこは認知症の方とご家族を支援するためのハウスですが、認知症のご本人だけではなく、ご家族や関わりを持っている方がふらっと立ち寄って相談したり、ボランティアの方がいろいろなアクティビティをしたりするところです。特にここでは若年性の認知症への取り組みというものもいろいろなアクティビティ等を通して行っております。

**STRATEGI FOR
BYENSOMRÅDET**

認知症に優しいオーデンセ

認知症の方に優しい街になるための二つの焦点:

- 地域団体や、市民スポーツクラブなどと協働しての認知症についての啓蒙活動
- 図書館やプール、交通機関やお店、教会などとの協働体制を整える
- 認知症に関する知識を、認知症フレンドへの「教育」を通して広める
- 街中での生活に適應できる環境を整えることで、認知症の方ご本人やそのご家族の社会参加、社会包括を促進

1. FOKUS-OMRÅDE

Demensvenligt samfund: Borgere, frivillige og forretningsliv

Demensvenlig by: erhvervsliv, offentlig sektor mfl.

(2) 認知症の方やご家族へのサポート

認知症になっても他の方と同じように、その段階でご自身が持っている能力をフルに活用して、それまでその方が持っていた生活の質を限りなく維持するような生活をしていく、そのためのサポートをしていくということが絶対的に必要です。

それにはその方が認知症であるということをご方やご家族を含めて早い段階で認識、発見することが非常に重要であり、そこからどういう生活をし、どういう取り組みをしたら自分の持っている能力を生かしながら生活を続けていけるのか、ということ計画、実践することが大事となります。

私たちの認知症の取り組みという中では、必ずその方とご家族へのサポートがセットであると考えております。例えば、通所で通える認知症の方のためにアクティビティセンターがあったり、ショートステイでご家族の方が少し休んだり旅行をされたりというようなことができるようにしています。それから補助器具やテクノロジーを用いたサポート、諸々を活用しながらご本人とご家族の両方をサポートしていきます。

(3) 自宅で生活できなくなってしまった方への取り組み

在宅が難しくなってきた方たちに対しては、プライエボリーという在宅ではない介護付きのところに移っていただいたりします。そこで働くスタッフが認知症に対する専門家になるための勉強を市のほうで力を入れて取り組んでいます。

認知症の方への働きかけというのは、その方にかかわる周りの方の認知症に対する知識や認識というものをしっかり持つかが、その方の生活をサポートしていく上ではすごく大事な部分になっていくかと思えます。

それから、食事に関する取り組みも行っております。それは認知症の方にとっていいものを食事の中になるべく取り入れていこうとする栄養的なことと、食事をする際に、いろんな方と一緒におしゃべりをしながら食事をとるといった環境的なことです。

また、認知症の方によっては周辺行動と言われる、暴力的になったり、大声を出して怒る行動が症状として出てくる方もいらっしゃいます。ご本人もご家族もストレスになるので、そういう方に対する職員カンファレンスはしっかり行うようにし、職員同士の情報交換や対応の仕方の勉強を普通の認知症の方よりプラスアルファで行うようにしています。

デンマークの認知症への取り組みに対する質問

Q：認知症の早期発見に対する対応をどうすれば良いのか。日本では、認知症に対する認識が統合失調症みたいな捉え方をしている方がまだ多く、ご本人を病院に連れていけないとご家族が悩んでいらっしゃる方をオーデンセではどのように連れて行き、早期発見に繋げているのか。

A：デンマークでもご本人が認知症ではないと思って、病院に行かず、ご家族が同じように悩むケースはあります。ご本人やご家族が認知症の方が認知症であることを認め、周囲に対してオープンにすることに対する抵抗感があります。

ですので、その対応の仕方もその方によって何が正解なのかというのも違うと思います。

オーデンセでは、市の中で認知症チームというのがあり、自分の身内が認知症もしくは認知症かもしれないが、どういうサポートが受けられるのかわからない方がコンタクトをとり、対応してくれるチームがあります。

Q：まちの中に集いの場というのでしょうか、「まちの保健室」というお言葉も出たのですが、集いの場になるきっかけみたいなものは、どのようにつくられているのでしょうか。

A：デンマーク人はいろんな方を巻き込んで自分たちの活動をしたり広げたりするのが大好きで得意な国民性があります。全国アルツハイマー協会のオーデンセ支部と市、そこに所属しているご本人、ご家族など会員の方たちが協力しながら、この集会所が設立されました。その集会所は、基本的にはボランティアの方たちが活動の中身を決め、活動を行って利用していますが、集会所の箱の部分の支援や常駐のスタッフ1人のお給料については、市が負担し、連携をとっています。

2. 船橋市の認知症への取り組み

【船橋市の高齢化率】

・高齢化率 23.7% (全国 約 28.0%)

地区別でみると、北部地区は 32%、新高根・芝山・高根台地区は 30%であり、地区によって高齢化率が異なります。

【認知症について】

認知症にはちゃんとした診断名があり、アルツハイマー病とかレビー小体型の認知症というような疾患名があります。それによって症状が変わります。どのタイプなのかによって、その人に最適な治療方法があるかもしれません。ですので、正しい治療を受けられるように早期の受診が必要です。

アルツハイマー病が発症する確率が非常に高いのは、活動性が低下してのんびり過ごしている方でその次に高いのがうつ病の方です。それから、たばこ、肥満、高血圧、糖尿病の方々の発症率が一般の方と比べて高くなっています。

認知症の病気としての症状は、記憶の障害であり、周辺症状というのは、それに付随した病気と直接関係ないところで起こる気持ちのあらわれです。暴力的になったりするのは病気そのものではなくて、その方の混乱から生じる症状であるということです。

認知症の人の重度になっていく過程の中周りの適切なケアや支援が入ることによって症状は改善されます。また、前向き感情で認知症のリスクが半減します。

85歳以上の2人に1人は認知症の可能性があり、誰もが認知症になります。ただ、船橋も今「認知症の人にやさしい船橋を目指す実行委員会」をつくり、いろいろな事業を行っています。

(1) 認知症普及啓発事業

認知症サポーター養成講座は、大体1時間から90分の講習で、認知症の症状とか認知症の方への対応方法とか、そういったものを学ぶ機会がございます。市の職員も全員これを受けます。ですので、市の職員がカウンターにいて、認知症の方が行ってもトラブルが起きることがないように取り組んでおります。

また、認知症の方を知っていただくということで、認知症の人と家族の会の方と協力して、市民まつりで「認知症メモリーウォーク」を行いました。このほかに「RUN 伴」というイベントも、北海道から沖縄まで認知症の関係者がみんなに知ってもらおうということで、たすきをつなぐイベントをしております。また、市内5圏域で行っている徘徊模擬訓練があります。認知症の方が外を徘徊して困っているときにちゃんと対応できるように、また、警察に通報しご家族のもとへ帰る手助けをできるように訓練を行っています。また、実際に認知症の方をお呼びして、ご自身の体験をお話いただく認知症シンポジウムも行っています。さらに、包括支援センター5センターに、認知症初期集中支援

チームというものを置いており、ご家族ではなかなか説得できない場合、専門家のしつかりとした専門的な立場からご助言をさせていただき、適切な対応につながるよう支援するチームがあります。

また、認知症の家族の方の支援として、認知症の人と家族の会の千葉県支部の方にご協力をいただきまして、家族交流会を年5回市内で開催しています。そして、船橋市も認知症カフェ、ご本人やご家族や支援する方々や地域の方々が集まって、みんなで交流を図れる場を、今後、船橋市内に100カ所ぐらいはつくりたいと思って進めております。

<p>船橋市の主な認知症施策 2-II ① 認知症への理解を深めるための普及・啓発 認知症の人にやさしい船橋を目指す実行委員会</p> <p>● 認知症高齢者徘徊模擬訓練 ・認知症の人にやさしい船橋を目指す 市民参加事業 ・日常生活圏域 5圏域で実施</p> <p>● 認知症高齢者徘徊模擬訓練 ・市民団体や民間会社等に認知症サポーター養成講座を開催</p> <p>● 認知症メモリーウォーク等 ・ふなばし市民祭りで認知症の啓発パレード</p> <p>● 認知症シンポジウム ・市民や医療介護専門職等を対象にシンポジウムを開催</p> 	<p>分科会②「自立支援・認知症施策」</p> <p>2-I. 早期発見・早期受診・早期治療</p> <p>② 認知症初期集中支援チーム ・認知症の早期発見・早期診断を目的に、認知症の専門医や保健師等専門職のチームが支援を行います。</p> <p>2-I. 認知症の本人及びその家族支援</p> <p>③ 認知症相談事業(専門医による認知症相談) ・認知症の人の家族を対象に認知症の専門医が個別に相談を行います。</p> <p>④ 認知症家族交流会 ・認知症の人を介護する家族等が集う交流会を開催します。認知症の専門医や認知症の人と家族の会の世話人からの助言も行います。</p> <p>⑤ 認知症カフェ運営補助金交付事業・認知症カフェPR事業 ・認知症の人や家族、その支援者などが集う認知症カフェの立ち上げやPRを支援します。</p> 
--	---

船橋市への多職種連携に対する質問

Q：異なる専門業種の連携の必要性を述べておりましたが、船橋市では具体的にどんな動きをしていますか。

A：船橋市

専門職の視点というのは、ある分野について深い知識を持っています。ですけど、その人なりというものを捉えたときには、多角的な視点が必要です。その人の身体症状、心の状態、生活の状態、そういったものを評価するときには、医療だけでなく介護の専門職も含めていろいろな方々の、本人を中心としながらいろいろな助言を一緒になって考えていく活動や、チームが必要です。それは船橋市でも十分認識しながらやっと思っています。ただ、行政の中に全部の職種をそろえることは現実的に難しいので、地域の薬剤師や、看護師などの必要な専門職の方々としつかりつながって、その人を支えていくという取り組みを行ってまいります。

オーデンセ市

以前は、市役所の高齢者障害者福祉課（部）内の組織構成が在宅の訪問看護師の方たちがいる医療的な部署、介護のスタッフがいる介護的な部署、トレーニングやリハビリを行う人たちがいる部署というような3つのグループ分けになっており、それぞれの専門家が

それぞれのグループで働いていました。同じ対象者の方に対して働きかけている中で、グループ間で連携をとれば、もっと相乗効果があるのではないかと考えました。

そこで、その3つのグループ分けを取っ払い、各業種の人たちを1つの在宅チームにし、在宅の方のところにどういったサポートが必要かを聞き取りに行き、お話を伺い、それぞれの専門性を持ち寄って一緒に考えることとしました。異業種が1つのチームになるということで、重複を避け、情報を共有しました。そして、そのチームにご本人が入っているということが非常に大事なことです。情報共有がキーワードとなってくると、情報の共有の仕方が重要となり、時間的な誤差や、そこに時間をとられてしまうことが問題となりました。そこで、異業種の方たちが市の主導する同じITシステムを使い、会わなくても情報が共有できるというシステムを取り入れたことで円滑な情報共有が出来るようになりました。

(2) 船橋市の一般介護予防事業

オーデンセ市と同様に高齢者の尊厳を支え、自立して、かつ有意義な生活を送るために船橋市では健康づくり、介護予防に力を入れております。

【ふなばしシルバーリハビリ体操】

楽しみながら健康づくり・介護予防をしてもらい、介護が困難な状態にならないために「ふなばしシルバーリハビリ体操」を行っております。できるだけ介護にならない、なっても使う年齢をできるだけ後ろにしていきたい、介護が必要になっても困難な状態にならないことを最終的な目標として行っている事業です。

この事業の特徴は2点あります。1点目は椅子があれば「いつでも どこでも どなたでも」行うことができます。もう1点は、「市民が市民を支える」ということで、市民がボランティア活動の一環としてシルバーリハビリ体操の指導士となり、指導士がみずから主催して町会・自治会で行います。また、今年から全26公民館で定期開催もしております。

分科会②「自立支援・認知症施策」

1-① ふなばしシルバーリハビリ体操事業

楽しみながら健康づくり・介護予防を！
介護が困難な状態にならないために！



市民が市民を支える。市民がボランティア活動として指導士となり、地域で体操事業を広め、自身と参加する高齢者の健康づくり・介護予防に取り組んでいる。

【市民ヘルスマーケティング】

今年から新たな事業として「日本一健康で元気なまちを目指すために！」を目標として26公民館全てで開催しております。船橋市は、健康意識の高い方は自分でやったり、行政が提供する教室等に参加し、健康を意識した取り組みを行っております。ですが、ひとり暮らし、とじこもりの方はそうではないのです。行政では、そういった方の早期発見が難しいので、この事業をすることで、個人で取り組む健康づくり、介護予防や、地域のネットワークの認識、コミュニケーションの活性化を図っていただきたいと考えております。

分科会②「自立支援・認知症施策」

1-② 市民ヘルスマーケティング事業

日本一健康で元気なまちを目指すために！



全26公民館で個人で取り組む健康づくり・介護予防に加えて、地域の健康課題の解決に向けた取り組みを市民と行政で行うために年2回開催している。

【運動器チェック事業】

今年9月から2地区（海神地区、高根台地区）で始めたモデル事業で、「ロコモを早期に把握し、介護予防に取り組もう！」という事業です。この2地区は26年から28年の基本チェックリストの項目の中で、運動機能の低下者割合が最も多い地区でございました。来年も引き続きモデル事業で、10地区に増やし、32年から本格実施を予定しております。

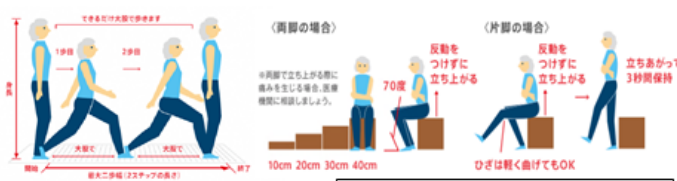
日本整形外科学会が推奨する2つのチェックであり、これらのチェックを通して運動器の機能低下を早期発見して介護予防に取り組んでもらおうとしています。

分科会②「自立支援・認知症施策」

1-③ 運動器チェック事業(モデル事業)

ロコモを早期に把握し、介護予防に取り組もう！

2ステップの方法 **立ち上がりテストの方法**



※両脚で立ち上がる際に痛みを生じる場合、疼痛程度に相談しましょう。

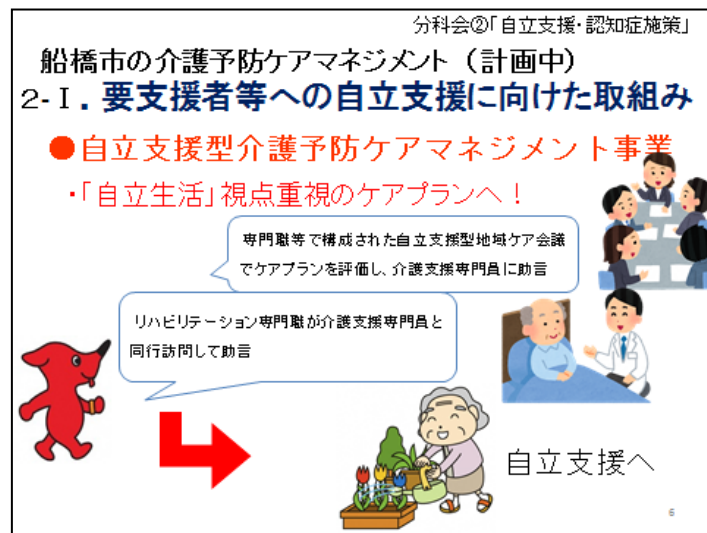
出展：ロコモチャレンジホームページより抜粋

「立つ」、「歩く」といった移動機能が低下している状態をロコモティブシンドローム(運動器症候群)といいます。進行すると介護が必要な状態になります。

(3) 船橋市の自立支援型のケアマネジメントの取り組み

介護保険の認定の要支援1、2の方を対象とした「自立支援型の介護予防ケアマネジメント事業」を行っております。多職種でご本人を支援していくというところになり、その方々に補償的なケアか自立支援的なケアのどちらかを行っていくかによって、その方の依存度が変わるので、特に力を入れて取り組んでおります。

この事業について、大きく分けて2つ行われています。まず1点目が、リハビリテーション専門職がケアマネジャーと要支援1の方のところに向って、リハビリ医療と福祉の目線、双方からその方の課題を抽出し、必要な支援を考えます。もちろんご本人の目標と一緒に引き出すという作業を行います。2点目は、医療、福祉、介護の専門職で構成された自立支援型のケア会議で、ケアマネジャーを支援し、ご本人の支援につなげていくことを行っています。



船橋市・オーデンセ市へのインフラに対する質問

Q：日常生活の中で障害のある方や高齢者の方が歩いているときに休むところがなく、マンションの生け垣に座っている光景を見かけますが、船橋市はインフラの面でどういうふうを考えていますか。また、オーデンセ市はそういう障害のある方だとか高齢者の方に対して、どのようなまちづくりをしているのか教えてください。

船橋市

すべからく行政が休む場所を必ず確保するというのは難しいと思いますが、市内の公園の中に徐々に体操器具を置いたり、今までベンチがなかったバス停にベンチを配置したりとできる限りのことはやっており、これからも続けていきたいと思っております。

また、各地区で開催している地域ケア会議で地域の課題を、住民と市と各施設の方々と一緒に考え、どういう解決ができるかを話し合っています。この会議で課題として挙げていただいて、地域で考えていけたらと思います。

オーデンセ市

オーデンセ市では、高齢者の方もしくは歩行が難しくなってきたり、すぐ疲れてベンチが必要だというような方たちは、歩行器を使います。この歩行器には、つかむところやブレーキがあり、買い物をしたものを入れられるようなかごがついています。また、座れるベンチもついています。ですので、このマイベンチを疲れたところで使っています。この歩行器は、一昔前までは年寄りくさいと不人気でしたが、皇室の女性の方が公の場で使用したことで、人気上がり、今では進んで歩行器が使われています。

まちで休める場所をつくるというのも、もちろん空間的にたくさんありますが、それ以外でもマイベンチを持つという環境が整っています。そして、歩行器は補助器具ですので、デンマークの国民には必要であれば無償で提供されます。

3. 分科会のまとめ

「最後まで自分のことは自分でできることが幸せ」ということを、自分の世代、自分の親の世代、そして、子供たちに伝えていかなければいけないと思いました。

また、その方が認知症であるないに関わらず、本人の言葉をいかに引き出すかが非常に重要であると考えます。