

令和5年度 淡路市 認知症地域支援推進員活動報告

認知症地域支援推進員について

- 1 認知症地域支援推進員： 7名
- 2 認知症地域支援推進員の役割
 - ・ 認知症の人と家族の相談支援
 - ・ 多職種協働研修
 - ・ 社会参加活動整備

報告者氏名： 富本恵梨、井上詩織

淡路市 認知症施策全体図



認知症相談センター
もの忘れ相談

初期集中
支援事業

共に歩む
ミーティング

見守り・SOS
ネットワーク事業

しゃきしゃき
100歳体操

見守り声かけ訓練

eコグニケア

介護者の会
家族介護者交流事業

地域支援事業
市民フォーラム

ひょうご認知症
サポート店

サポーター
活動支援

認知症サポーター養成、
ステップアップ講座



キャラバンメイト連絡会

…一般介護予防事業

…包括的支援事業

…任意事業

標題 淡路市における認知症本人ミーティングの効果

もの忘れはあるけど頑張っている。自分のことはできているし、まだまだ楽しみたい。

こんな自分だけ？同じような人おるやんね？



私だって病気って言われてるから治らんのよね…不安。

できるだけ進行しないように、できることをやっていきたい。

淡路市は、山で隔たれ、公共交通機関も少ないことから、車の運転をしない人の移動制限が大きい。そのため、より近く場で、近くの人とのミーティング開催が必要になる。

似た状況の対象者を選定して声かけし、移動方法の確認や事前準備（前日や当日の電話確認、家族への依頼等）をしながら開催した。



ゆっくりと、人目につかず、明るい雰囲気でお茶を飲みながら話せたら良いなあ

栄養講座



調理の仕事をしてきた。食事には気を付けている。

今晚食べたいものを選んだよ。もう一品お勧めを教えて。



参加者が関心を持っていることから内容を検討し、食事の振り返りをした。話が止まらなくなる人にはスタッフが付き、話したいことを聞いてもらえるし、全体として講座が進められるよう媒体に工夫した。

途中で話がそれても、講座内容が見て分かるように示すものがあれば良いな

普段の食事を思い出せない人も一緒に参加できる、ゲームの要素がほしいなあ



包丁研ぎ

家での役割は魚をさばくこと。包丁も研ぐよ。

みんな包丁を研げるなんてすごい！教えてもらおう



こうして研ぐんですよ。もっと刃を当てて、もっと研いで。その包丁はあかん。

こんなことで良かったらまたしてあげる

話の中から参加者の特技を見つけ、スタッフが教わる形で実施した。参加者は保健センターの包丁を次々に研ぎあげながら、スタッフに実演したり手ほどきをしていた。

いつもは家族が尋ねても外出時のことを何も答えられないという参加者が、包丁研ぎのことに楽しそうに話していたと聞き、得意なこと、楽しいことに触れる機会がとても大切だと改めて実感した。



海の町ならではの。若い人にも教えてくれる機会が作れたらなあ

バレエ鑑賞

バレエなんか観たことない！
あんたも？
緊張するわあ

毎日どのくらい練習するんですか？
嫌になる日もあるよねえ



抽選会で記念品が当たることあるんやね、夢みたい♡



病気になっても悪い事ばかりやないね！みなさんと知り合えて、私はラッキーや！

地域企業から紹介された鑑賞会に参加した。慣れない場所への外出に参加者も緊張していたが、待ち合わせの時間や場所を何度も確認して実行した。

顔見知りのバス運転手に見守られて降りて来る様子、慣れない場所で緊張し階段を降りにくい様子、出演者に話しかける大胆な様子等、いつもは見られない参加者の一面を知ることができ、より一層、お互いを身近に感じる機会になった。



普段の生活ではしないことにもチャレンジしてほしい

ダンスに挑戦



ダンスより間のおしゃべりが長いです(笑)

私、これでも昔はダンス教室に行ってたんよ。上手やったんやから。



認知機能低下予防のための運動の一環として、参加者が関心を持っているダンスに取り組んだ。事前に参加者の能力や柔軟な対応について講師と何度か打ち合わせを行った。

予想以上に講師の動きを把握するのが難しかったようだが、講師は参加者の状況に合わせて進行し、参加者も音楽を楽しみながら取り組んでいた。身体を動かすことの楽しさを体験できた。



できそうなことには何でもチャレンジの機会を持ってほしい

【効果】

- ・1～2ヶ月に1回の開催だが、参加者が自分たちの居場所として認識できるようになった。開催を楽しみにしたり、言いたいことを言っても認められると分かった。会以外の日に地域で会った時、声をかけ合えることがある。
- ・参加者が得意なことを行うことで、家族や周囲の人が本人を認める機会になった。
- ・参加者自身が、自宅にいる日と比べ、会に参加すると認知症の予防になると感じている。

今は「居心地が良い場所」になったところ。
一緒に考えたり力を発揮する機会につながると良いなあ。



【課題】

- ・普及、啓発。
- ・開催回数の増加とスタッフの確保。
- ・本人の声を拾い、施策につなぐ。

・最後に・・・

認知症になったら他者に迷惑をかける、施設に入るしかないと考えている人がまだまだ多い中、認知症と共に自分らしく生きようと頑張っている人がおられます。認知症本人ミーティングに参加する人たちがその先頭に立ち、私たちに色々なことを教えてくれています。これからも認知症の本人さんと一緒に学んだことを地域に返していきたいと思います。