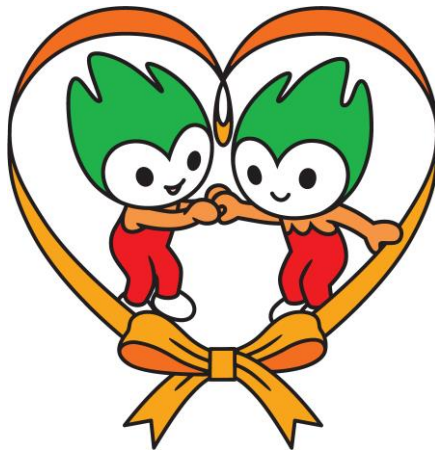


令和6年度オレンジパワー活用セミナー
～認知症の本人の視点や活動を
活かすための講座～

活 動 紹 介 集



山口県 PR 本部長 ちよるる【支え合いリボン】

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	好きなことを大切にできるための環境や関わり	1
	山口県立こころの医療センター 米田 一実	
2	Happy Club クッキング	2
	TeamHappy 鹿間米子 美祢市福祉課 松原瑞恵	
3	認知症を知ろう街頭キャンペーン	4
	山口健康福祉センター 若崎 七海・柳井 萌	
4	市と保健所のコラボによる認知症普及月間における普及啓発活動	6
	山口健康福祉センター防府保健部 道下 未希 防府市福祉部高齢福祉課 藤田 理恵子	
5	令和6年度認知症講演会	10
	みずほ内科クリニック 木下 貴文 下松市高齢福祉課 村上 唯	
6	初めての認知症サポーターステップアップ講座	13
	田布施町健康保険課 沖廣恭男（認知症地域支援推進員）	
7	本人の続けたい活動から地域のつながりを考える	15
	周南東部地域包括支援センター 内藤亜也子・髙松信子	
8	情報集の周知啓発	18
	宇部市高齢福祉課 嶋渡美加・小林倫子	
	〈参考資料〉認知症の人とご家族から ～気づきや感想～	20

1 【好きなことを大切にできるための環境や関わり】

所属・氏名	山口県立こころの医療センター 米田 一実
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	趣味を大切にしてきた
活動内容 ・開催のきっかけや背景 ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	・スタッフの顔は覚えてくださっているようで、会話はするようになったが、通院や訪問など支援を受けること自体、自分が認知症であるということを突き付けられているようでつらいと話していた。 ・ケアマネより、本人趣味を通して関わる場を探したが適当な場所は見当たらなかったとのこと。 ・通院日に早目に来院してもらい、スタッフと話しながら趣味に取り組む時間を設けた。
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	「私はやりたくない」「(病院に)来たくない」との発言は変わらないが、表情が明るくなり、笑顔がみられるようになった。それまでよりも、整容、おしゃれに気を配る様子が見られた。
やってみて、よかったこと (結果や学び)	本人の好きなことが無理なくできる環境を提供できるよう尽力する。地域の活動の場につなぐことが難しければ、まずは病院でできることを検討できるとよい。
開催におけるポイントや注意点	支援者に対していわゆる拒否的な状態であっても、何ができるか考えながら関わりを続けていく。
これから… (注力していきたいことなど)	診断後支援は重要だが、なかなか時間がとれないことが現状であり、また基本は地域で実施していただく方が当事者の方にとっても良いため役割分担を意識しながら進めていきたい。
備 考	

2 【HappyClub クッキング】

所属・氏名	TeamHappy 美祢市市民福祉部福祉課 鹿間 米子 松原 瑞恵
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	「Happy の仲間と一緒に美味しい物が食べたい！ 夏だからさっぱりした物がイイネ！！」
活動内容 ・開催のきっかけや背景 ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	・HappyClub では、年間計画として年 2 回、調理を計画。 ・参加者全員の意見を聞くため、紙に食べたい物を書いてもらい、その後の話し合いでメニューを決定。 今回は「貝だくさんひやむぎ・わかめむすび」 ・本人、家族、スタッフ皆で役割分担を決めて協力して行う →本人にも、できない事ばかりではなくできる事もたくさんあるという事を実感してもらう。 ・皆で作成した七夕飾りも飾り、季節を感じて楽しむ。
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	・皆さん「美味しい」と喜んで食べられ、笑顔も多くみられた。 ・日頃、自宅から出ると不穏になられる方もウロウロされる事もなく、一緒に錦糸卵を作る等の作業ができた。 ・本人の日頃みられない様な自主的な一面をみられた。 (他者への声かけや、率先して作業を行う等)
やってみて、よかったこと (結果や学び)	・本人の日頃みられない積極性等、意外な一面を見る事ができた。又、今までの活動では気づけなかった得意な事、不得意な事が見えた。 ・何よりも、皆の笑顔がたくさん見れて良かった！！
開催におけるポイントや注意点	・刃物を使用するため、安全に行う。 ・家族やスタッフ等ばかりが手を出すのではなく、できるだけ本人にしてもらう。 ・「できる事がある！！」という自信を持ってもらえる様な支援を行う。
これから… (注力していきたいことなど)	認知症になっても、皆と同じ社会の一員として、笑顔いっぱい生活できる様に、共に活動していきたい。まだまだマイナスなイメージをもちやすい「認知症」という言葉がなくなりますように…
備 考	

HappyClub クッキング

HappyClub では年2回、調理を計画♪
仲間と協力して、美味しい食事を作ります😊

みんなで美味しいの作るよ～！！

みんなの願い事を書いた
七夕かざり☆☆☆



本日のメニュー
*具沢山ひやむぎ
*わかめむすび
*きゅうりの塩もみ



3 【認知症を知ろう街頭キャンペーン】

所属・氏名	山口健康福祉センター 若崎 七海 ・ 柳井 萌
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	県民に認知症について、正しく理解してもらう。
活動内容 ・ 開催のきっかけや背景 ・ 目指したこと ・ 行ったこと ・ 関わったメンバー など	・ 9月21日が世界アルツハイマーデーであることを踏まえ、毎年9月を「世界アルツハイマー月間」として、県民の認知症への関心を高めるとともに、正しい知識の普及を図るために「認知症を知ろう街頭キャンペーン」に取り組んでいる。 ・ 山口井筒屋で実施。人が集まる場で実施し、多くの人へ周知するため。 ・ 啓発リーフレットの配布、相談コーナー、もの忘れ相談プログラムを実施。 ・ 山口市高齢福祉課、山口市健康増進課、認知症家族会の会員と合同で実施。
対象者や参加者の反応変化・本人の声	・ 啓発リーフレットを配布し、「最近、忘れっぽいから心配です。」「認知症は最近話題なので考えないといけませんね。」「相談できて良かったです。相談先がわかって安心しました。」といった声が聞かれた。 ・ また、もの忘れプログラムを実施し、熱心に取り組まれていた。
やってみて、よかったこと（結果や学び）	・ 認知症の理解促進をよびかけながらリーフレットを配布したり、もの忘れプログラムを実施したことで、認知症への関心を高めることができたのではないかなと思う。
開催におけるポイントや注意点	・ 認知症の理解促進を呼びかけながら、リーフレットを配布。 ・ 認知症家族会の会員に参加してもらうことで、県民が家族会の活動について知ることができる。
これから…（注力していきたいことなど）	・ 認知症について幅広く理解してもらい、本人が自分らしく生活できるようにしていきたい。そのため、本人の声を聞きながら、今後も家族会や関係機関と連携し、認知症に関する正しい知識の普及を図っていく。さらに多くの県民に認知症について正しく理解してもらうため普及方法も工夫していきたい。
備 考	

【全体】



【相談コーナー】



【もの忘れプログラム】



4 【市と保健所のコラボによる認知症月間における普及啓発活動】

所属・氏名	山口健康福祉センター防府保健部健康増進課 道下 未希 防府市福祉部高齢福祉課地域包括支援センター 藤田 理恵子
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	日頃の活動を通して、住民から「認知症になったら何も分からなくなる。」「認知症にならないことが一番大事。」などの声か聞かれ、認知症に対するマイナスのイメージが強い傾向を感じている。 認知症は誰もがなりうるものであることをふまえ、地域共生のまちづくりのため、住民への認知症に関する正しい知識の普及啓発が必要であると感じた。
活動内容 ・開催のきっかけや背景 ・目指したことなど	【開催のきっかけや背景、目指したこと】 山口県では、9月を認知症月間と定め、認知症に関する普及啓発活動を集中的に展開する「認知症を知ろうキャンペーン」に取り組んでいる。この「認知症を知ろうキャンペーン」に合わせて住民の認知症に対する関心を高め、認知症に関する正しい理解を広めることを目指す。 展開した事業内容 ①保健所主体による認知症を知ろうキャンペーン活動 ②防府市主体による認知症月間における図書館イベント&相談会 防府市から認知症月間に図書館での取組を検討していると提案があり、事業①と②を組み合わせ、計3日間のイベントとして開催することで、以下3つの効果があると考えた。 ・保健所が行っていた家族会の相談を市の図書館での相談会において行うことで、より充実した相談会にすることができる ・保健所のキャンペーン活動で図書館のイベント内容について事前に周知することでより多くの集客につながる ・市と保健所の連携により、昨年度以上の機関が繋がることができ、より広域で、幅広い世代への普及啓発になる
活動内容 ・行ったこと ・関わったメンバーなど	①保健所主体による認知症を知ろうキャンペーン活動 【行ったこと】 ・認知症に関する正しい理解（早期発見の重要性、地域での支援、認知症になっても地域で自分らしく暮らし続けることができること等）について普及啓発するため、認知症に関するリーフレットを配布。 ・図書館でのイベントの案内を配布。 【関わったメンバー】 防府市認知症を支える家族の会、防府市高齢福祉課、防府保健所

	②防府市主体による認知症月間における図書館イベント&相談会 【行ったこと】 ①認知症の方の家族とラジオ出演、手記の紹介 FMわっしょいでご家族の思いやご本人への思いについて語っていただいた。また、ご家族の手記やご本人が普段語られていることについて紹介した。 ②図書館とのコラボ企画 ・認知症に関する図書の特設コーナーの設置 ・認知症当事者の作品展示 ・メッセージツリーを通して認知症の方本人、家族の思いを紹介 ・認知症カフェのパネル展示 ③相談会の実施（あじさいの会、防府保健所との協力開催） ・相談者数 延 27 人 【関わったメンバー】 認知症カフェ参加者・スタッフ、グループホーム職員 あじさいの会（認知症を支える家族の会）、図書館職員 防府保健所保健師
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	・認知症のキャンペーンと伝えると「私はまだ若いから認知症は関係ない」「まだ物忘れはないから」とリーフレットの受け取りを断る方もおり、認知症は自分には関係ないと思っている方がいることがわかった。 ・「家族が認知症だけど、支援者のおかげで穏やかに地域で暮らしてるよ。」などという前向きな意見や「簡易検査を受けたいから明日図書館に行ってみる。」と興味を持って下さる方もいた。 ・ラジオを聞いた方より「認知症当事者や家族の話が聞けて良かった。自分も家族の介護をされていて、すごく気持ちがわかるなと思った。」等の声が聞かれた。 ・図書館で紹介された本は多く貸出され、メッセージツリーやパネルなどの展示についても多くの方に見ていただけた。
やってみて、よかったこと （結果や学び）	・認知症に関する普及啓発を行うことで、住民が自分も認知症となる可能性があることや周りに認知症の方がいる可能性があることを意識する良い機会となった。 ・家族会との連携によって家族会主催のキャンペーンイベントを再開させようと会員同士で話されるきっかけとなり、会の活性化にも繋がった。 ・県と市の連携によって、それぞれの視点から普及啓発のより良い方法を提案し合い、イベントをより効果的に実施する方法を検討することができた。防府保健所が実施する「認知症を知ろうキャ

	ンペーン」の中で市の取組を周知することで、効果的な啓発を行うことができた。 ・県と市お互いの活動や実際の相談傾向、考えや思いを知ることができ、お互いの役割についても再確認することで、地域全体で認知症支援を行う体制づくりのきっかけに繋がった。 ・例年1か所で平日日中に普及啓発をしていたが、地域住民の利用が多い2か所の施設で土曜日にも普及啓発することによって、世代や人数もより幅広く普及啓発することができた。 ・認知症ご家族や本人の思いをしっかりと聞くことで、改めて本人家族と丁寧にかかわっていくことの大切さを実感した。また、少しではあるが、本人や家族の思い、認知症の方が持っている力を発信することができた。 ・市民が利用する図書館で相談会を行うことで、相談への敷居を下げ、幅広い方への相談を受けることができた。
開催におけるポイントや注意点	・地域の支援者である家族会会員とリーフレットの準備を行い、防府市高齢福祉課職員と協議を複数回重ねながらイベントを実施した。 ・若年層などへも「ご家族や周りで気になる方はいませんか？」と自分には関係ないと思わせないような声掛けを行った。 ・例年実施していた相談会や物忘れプログラムは防府図書館での普及啓発イベントにおいて実施し、別室を確保した上でゆっくり対応できる体制とした。 ・ご本人の思い、持っている力がしっかり発信できるようにこころがけた。 ・認知症に対するハードルを下げ、認知症に関心を持ってもらえるように見せ方等を工夫した。(明るいイメージを前面に出す、コーナーに誘導できるような配置、手に取ってもらいやすそうな本の選定を依頼、認知症当事者の作業風景の写真展示など)
これから… (注力していきたいことなど)	・認知症に対しては、まだマイナスイメージを持たれているが、認知症に興味を持っている市民も多くいることが分かった。認知症は誰しもがなる可能性があることや、身近な地域にも認知症の方が生活しており、自分事として考えていけるよう引き続き普及啓発していきたい。 ・地域の支援者間で協力しあいながら、お互いの活動がより効果的になるように、関係づくりを行っていきたい。 ・今後もしもご本人、ご家族の思いをしっかりと聞くことを続けていき、ご本人の思いをいろいろな形で地域に発信するとともに、市の取組に反映させていきたい。

①保健所主体による認知症を知ろうキャンペーン活動

認知症に関するリーフレット配布の様子



②防府市主体による認知症月間における図書館イベント&相談会

●認知症当事者の方が作ったロバの作品展示



●認知症カフェパネルの展示



●認知症に関連した図書の紹介



●メッセージツリーの展示

〈ご家族〉
「お母さんありがとう
あなたのおかげで今日
の私があります」



〈ご本人〉
「今のまま いつまでも元気で」
「一人暮らしがまだまだ続きます
ように」

5 【令和6年度認知症講演会】

所属・氏名	みずほ内科クリニック 木下 貴文 下松市高齢福祉課 村上 唯
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	やまぐち希望大使（阿部 俊昭さん）・奥様の孝子さんにご協力いただき、認知症講演会を行った。 受診・診断時の状況やお気持ち、ご家族の思い、希望大使として本人発信しているきっかけや内容、生活を行う上での工夫、これからやってみたいこと、ご家族・ご本人へのメッセージなど、対談形式でご自身について語っていただいた。
活動内容 ・開催のきっかけや背景 ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	下松市では年に1度「認知症講演会」を実施しており、今年度は認知症本人発信支援というテーマで講演会を行うことができればと思い、やまぐち希望大使の阿部俊昭さんを講師としてお招きした。 認知症の診断を受けたご本人ならではの体験談をお話いただくことで、市民の認知症に対する偏見や誤解を解き、認知症の正しい知識と理解の促進につなげること、また、認知症になっても「希望を持って暮らせる」と希望を持っていただくことを目的とした。 講演会の内容としては、市の取り組み発表・希望大使 DVD を放映したのち、阿部俊昭さん・奥様の孝子さん、市職員の3名で対談を行った。
対象者や参加者の反応変化・本人の声	「まずは一歩踏み出し、自分のことを伝える人に出会う。自分のありのままの姿。皆さん励まし合っていていく社会になることが勉強になりヒントになった」「希望大使の話が聞けて目の前が明るくなった」「認知症の人は決して怖くないよとの本人からの言葉が心にしみました」など、本人からの言葉を聞くことで、認知症についての印象が変わった（良い印象に）という声も多くいただいた。
やってみて、よかったこと（結果や学び）	普段認知症の人と関わる人が少ない人にとっては、認知症になってもこんなに前向きに暮らすことができるという印象を持っていただけたこと。日常的に認知症の方とのかかわりがある方にとっては、ご本人の「優しさの中におらせてもらう」という言葉から「そういう居場所でないといけないなと思う」など、やさしいまちづくり・居場所づくりを考えるきっかけになったのではないかな。
開催におけるポイントや注意点	開催前の事前打ち合わせで、ご本人についてお聞きしておくことで、本番もどのようなことを話そうとされているかを考えながら臨むことができた。そして、失敗はないと思うことが主催者としても必要な心構えだったのではないかなと思う。 どんなことをお聞きしたいか事前に決めて講演会に臨んだが、事

	前に県や他の市町の方からアドバイスをいただいていた「本番ではかっちりとしすぎず、ご本人の言葉で、ご本人のペースでお話をしていただくこと」が目的とする講演会に近づけるためのヒントだったのではないかと思います。
これから… (注力していきたいことなど)	定期的に認知症サポーター養成講座を行い地域に暮らすサポーターを増やすこと。認知症予防・一般介護予防の事業を今後も展開していくこと。認知症カフェの運営を支援し、ご本人の居場所づくりを継続的に行うこと。 認知症予防教室、もの忘れ相談、認知ケアパスの普及啓発を行うなど市での認知症施策を周知すること。
備 考	

●本人発信支援の取組（下松市認知症講演会）

下松市 令和6年度認知症講演会

認知症とともに 自分らしく 生きる

プロフィール
保育園の園長と牧師として働いていた57歳の時に診断を受けた。当事者として講演やケーブルテレビ等で本人発信活動に積極的に取り組み、山口市の認知症カフェの立ち上げにも尽力した。

**やまぐち希望大使
阿部 俊昭 氏**

9.30(月)
13:30～14:55
(開場13:00)
ほしらんどくだまつ
サルビアホール

入場無料
200名(申込順)
※要約筆記あります。

<内容>
・下松市の認知症の取り組み
・やまぐち希望大使 動画上映
・阿部 俊昭 氏との対談

認知症当事者としての思いや、普段の生活の様子について、質問形式でお話していただきます。
※体調により講師が参加できず、内容が変更になる場合がございます。



下松市
認知症講演会

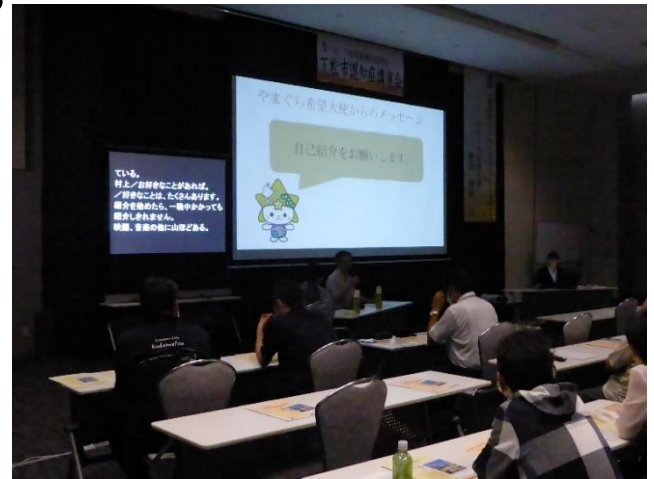
申込み・問い合わせ 下松市役所高齢福祉課
お電話(0833-45-1837)又は裏面FAX申込書にてお申込みください。



来場者がいっぱい！



やまぐち希望大使の動画上映



やまぐち希望大使 阿部俊昭さん・奥様の孝子さんに、
対談形式でご自身について語っていただきました。

～ 参加者の声 ～

「まずは一歩踏み出し、自分のことを伝える人に出会う。自分のありのままの姿。
皆さん励まし合って生きていく社会になることが勉強になりヒントになった。」
「希望大使の話が聞けて目の前が明るくなった。」

6 【初めての認知症サポーターステップアップ講座】

所属・氏名	田布施町健康保険課 沖廣 恭男（認知症地域支援推進員）
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	チームオレンジ活動を推進するため
活動内容 ・開催のきっかけや背景 ・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～田布施町内にチームオレンジ活動拠点がないためその体制作りを第一歩とする。 ・目指したこと～今までも地域の困り事に耳を傾けボランティア活動を行っていたが、認知症サポーターステップアップ講座を修了することで『本人の希望』実現を目指して、従来のボランティア活動を継続しながら、地域のサポーターやサポーター企業へ『繋ぐ・紹介』を通じて支援の輪を広げる。 ・行ったこと～第1回認知症サポーターステップアップ講座開催 ・関わったメンバー～行政担当者、認知症地域支援推進員、オレンジカフェ城南運営ボランティア
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	（参加者アンケート抜粋） 体調が許す限り、『今』しているボランティア活動を続けたい
やってみて、よかったこと （結果や学び）	地域で孤立している方や困っている方の相談にのりたいなど参加者の地域をよくしていきたい声を直に聞いたことは今後の活動に活かせると感じた。
開催におけるポイントや注意点	オレンジカフェを運営しているボランティアへの啓発活動を通じて、講座への参加に結び付けれるかに注力した。
これから… （注力していきたいことなど）	別の地域でも認知症サポーターステップアップ講座を開催してチームオレンジ活動に繋げたい。
備 考	

●初めての認知症サポーターステップアップ講座



オレンジカフェ 城南運営ボランティアの皆さん

7 【本人の続けたい活動から地域のつながりを考える】

所属・氏名	周南東部地域包括支援センター 内藤 亜也子 高松 信子
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	「体操や卓球をしに市民センターまで歩いて行けるんだけど、娘に心配かけるから・・・」
活動内容 ・開催のきっかけや背景 ・目指したこと ・行ったこと ・関わったメンバー など	【対象事例】 Aさん 82歳 女性 他県で一人暮らしをしていたが、くも膜下出血の発症をきっかけに、長女家族（長女夫婦、夫婦の次男）と同居するため県外から転居。嫁いでいる孫娘がR7年3月に里帰り出産予定。 R6年9月に軽度認知障害の診断を受ける。 【きっかけ】 「デイサービスに行かせたい」と長女からの相談を受け支援開始。初回訪問時、「市民センターの活動に参加するのはいいけど、道も狭いし、小学生は歩いて、中学生は自転車で行き来する所を一人で行かせて、途中で事故にあわないか等、私が心配。デイサービスのように送り迎えがあると安心。私が送っていける時には連れていくけど・・・」と、家族は、本人が一人で移動することに不安を抱えていた。 【目指したこと】 1) 市民センターと一緒にしてくれる仲間ができる。 2) 介護サービス以外にも、自分のやりたい活動に参加することで、社会参加の機会を保つ。 3) 活動を継続することで、認知機能の低下を予防し、在宅生活を継続できる。 【行ったこと】 次のことについて状況把握 ① 本人の活動状況 1日の過ごし方、好きなこと、続けたい活動や内容・頻度、介護サービスの内容・頻度など ② 本人の好きな活動への意向（思い） 活動の取り組み状況、取り組みの仲間、仲間同士の支え合いの有無・内容、活動を通じた家族への思いなど ③ 本人の家族の意向（思い）

	本人の活動の継続に対する思い（理解や不安など）
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	① 本人の活動状況 長女の移動支援があるときのみ、市民センターの体操・卓球に参加していたが、最近、参加者に近所の人がいることが判明し、その人の車へ同乗し一緒に移動することで、継続的な参加につながった。 夕方、近所を散歩するが、日暮れが早く、寒くなった為中断中。 通所サービス週2回利用中。孫の里帰り出産に備え、ショートステイの体験利用開始。 ② 本人の好きな活動に対する意向（思い） 「市民センターの体操や卓球が好き。顔なじみもできた」 「散歩も好き」 「市民センターまで歩いて行けるけど、娘に心配かけるから好きな活動はやめておく・・・」と長女への遠慮があった。 近所の人々の移動支援により「今日も午前中は体操に行けたのよ」と嬉しそう。 「散歩は自分のペースで好きに歩きたい」 ③ 本人の家族の意向（思い） 本人の活動したい思いは理解している。 都合が合えば、活動の会場への送迎は担う。都合が合わず送迎ができない場合は、行き来の交通面に不安が大きいため市民センターの活動への参加は休んで欲しい。 長女は子の出産（切迫早産）を控えて支援中であり、本人の見守り・活動支援以外にも役割がある。 地域の支援は、顔見知りの人によるものが安心。最近、近所の人による移動支援があり、助かっている。「仲間同士で、市民センターで忘年会をしようといった話もあり楽しそうにしているので安心」
やってみて、よかったこと （結果や学び）	① 本人の思いへの寄り添い 好きなこと、続けたい活動を意識した関わりにより、思いの表出ができ、続けづらさや続けるための解決策も見出せた。 ② 家族の思いへの寄り添い 本人とともに暮らす家族の思いも尊重することで、不安に寄り添い、不安を安心に変える解決策も見出せた。 ③ 地域の支え合いの力 市民センターまでの移動を支援する仲間づくりを模索しよう、と取り組み始めたところ、地域の人同士で助け合っている

	る様子が分かった。担当エリアの中でも、アパート住まいの人たちが自治会に入らない、といった声を聞く地域だったため、地域の協力は期待できないと思っていたが、この対象者に寄り添おうと関わったことで、この地域にも、住民同士の支え合いが出来ていることが分かった。県外からの転入で、住まう場所が変わっても、社会参加を続けるためには、地域の支え合いの力が大切である。
開催におけるポイントや注意点	本人の気持ちへの寄り添いはもちろんだが、親の介護だけでなく、子供や孫の世話、両方を抱える世代の家族の気持ちに寄り添うことも必要、と感じた。 介護者自身の介護力、許容量も人それぞれであることを心にとめて、一人で抱え込まないように、といった声かけなど、介護者自身が平静を保てるような働きかけも、並行して取り組む必要がある。
これから… (注力していきたいことなど)	【今後に向けて】 現時点では、移動支援の担い手をご近所の方おひとりにかかっているのので、認知症へ理解のある担い手を増やすために、卓球・体操グループや、この地区でのステップアップ講座を開催する。その結果、Aさんの継続的で安定した社会参加が期待できる。
備 考	

8 【情報集の周知啓発】

所属・氏名	宇部市高齢福祉課 嶋渡 美加 ・ 小林 倫子
企画にあたって取り入れた本人の声や視点	・ 今後に役立つ情報は、認知症と診断された時に医師（病院）より本人や家族へ渡してもらえるとよい ・ どこに相談をしたらよいのか分からなかった
活動内容 ・ 開催のきっかけや背景 ・ 目指したこと ・ 行ったこと ・ 関わったメンバー など	・ 当事者の奥様のお話で認知症と生きるくらしの情報集（以下、情報集）のことがあったが、冊子の存在が当たり前になって「今、この情報集はどこで配られて、実際に当事者や家族の手元に渡っているのか。」と振り返った。 ・ 配布時の工夫を行う ① オレンジドクター一人ひとりの手に渡るように名簿とともに配布 ② 案内文に市ウェブサイトへの掲載について記載。必要なページのみ活用していただく。 ③ 地域、関係機関等へ様々な場所で PR ④ 市役所のチラシコーナーに設置 ・ 認知症地域支援推進員の定例会で意見聴取
対象者や参加者の反応 変化・本人の声	・ 「こういうのがあるとは知らなかった」、「何かの時に持っておきたい」と地域での情報集の認知度は低い。 ・ 市役所の資料配布コーナーでは、他の資料・チラシに比べ、情報集を手にとられる市民が多い。 ・ ケアパスは、文字が多く、見にくい。内容も本人が見るというより、支援者向け。本人・家族へは情報集を渡すことが多い。
やってみて、よかったこと （結果や学び）	・ 情報集やケアパスを作る目的、こういったタイミングで届けることが活用につながるか等、改めて考えることができた。 ・ ご本人ご家族の声をもとに見直すことは、実態に合った見直しにつながり、役立ててもらえる効果的な事業となっていく。
開催におけるポイントや注意点	・ 改訂時に見直しで慌てないためにも、日頃から見直すところはないか、活用されているか、利用者の声に注目しながら周知活動をしていきたい。
これから… （注力していきたいことなど）	・ 医療機関における情報集やケアパスの活用状況をもう少し把握していきたい。 ・ 本人向け、家族向けに内容を分けてみる。

	・新しい認知症観や基本法の要素、希望大使の二次元コードを入れる等、手に取った時に「今はこんな考えに変わったのか」とイメージしやすい工夫をしたい。 ・市の認知症関連のウェブサイトが見にくいいため、見たいものがすぐに見つかるように整理をしていきたい。 ⇒これらを作成するにあたり、本人や家族、支援者、認知症地域支援推進員等と一緒に作っていききたい。
備 考	宇部市役所ウェブサイト （宇部市版 認知症ケアパス、認知症と生きるくらしの情報集） https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/koureifukushi/ninchishou/index.html

認知症の人とご家族から…

～気づきや感想～

第2回セミナーでメッセージをいただいた認知症の方（お一人）と
そのご家族に皆さんの取組みを紹介し、気づきや感想をいただきました。
気づきの一つとして、受け止めていただけると幸いです。



1 好きなことを大切にできるための環境や関わり

- ・僕も受診の時に拒否反応を示したことがあったけど、何度か行っている場所だと、段々と慣れて来るよね。
- ・【家族】「基本は地域で実施していただく方が当事者にとっても良い」とあるが、本当にそう思う。この後の展開として、一緒に地域の認知症カフェに行って、生け花をしたらよいのでは？それほどご本人は不安だから、好きなことでも、安心が先に来るとよい。知っている人が一緒にいてくれるって心強い。地域の認知症カフェに行って、また診察場面に戻るとよいかも。

2 Happy Club クッキング

- ・「何か具体的に、頼まれた方が取組みやすいですか？」⇒僕だったら、責任がない方がいいな～。「好きなことやっていますよ。」の方がいいかな。マスターは好きだから続けている。マスターと呼ばれるのが好き。やりたがらない人もいるだろうけど、自分のやりたい事を頼まれた方がしやすいかな。
- ・【家族】自由に過ごしてもらおうとすると、「本人の気持ちを聞く」と言いながら「誘導になっている？」と感ずることがある。「背負っている、やってあげている」ではなく、誰もが楽しいことが大事と思う。

3 認知症を知ろう街頭キャンペーン

- ・どのくらいの方が（相談に）寄ってくれたかな？
- ・【家族】他イベントの時も、お店の前で血圧測定などをやっていたけれど、立ち寄られた方は少なかった。屋外は寄りにくいかもね。
- ・例えば、大型店舗や平日・土曜の図書館とか、もう少し人が行き交う落ち着いた場所、室内の方が相談しやすいかもしれないね。

4 市と保健所のコラボによる認知症月間における普及啓発活動

- ・「困りごとが多い人は手助けが必要」という認知症のイメージがあるよね。認知症があっても生活に支障なければいい。
- ・【家族】県と市が一緒にされたのが大きかったのでは？図書館でできたことが良かった。「検査や相談会をやるよ。」と事前に伝えていたら、人を呼び込める。街頭だと落ち着いて深い話ができないと思うので。
- ・先日、市役所の新人さんを対象とした認知症サポーター養成講座に参加。身近に認知症の人がいるかの問いに一人も手が挙がらなかった。意外と小・中学生の方が学ぶ機会があり、20歳前後の人は情報がなにかも。

5 令和6年度 認知症講演会

- ・【家族】この講演会は参加したので様子が分かる。
迎えられている感じがしてとても良かった。 【本人】うん、そうだね。
開場前からいっぱい人が並んでいた。
- ・事前の準備をしっかりとされており、整えておられた。スタッフの一生懸命さが伝わり、自由な部分もあり、一方通行でない温かさを感じた。
- ・参加の皆さんも真剣に聞いてくださっていた。

6 初めての認知症サポーターステップアップ講座

- ・僕以外は（外に出ることについて）結構苦労していると思う。
- ・【家族】認知症カフェに来れない人の送迎の手助けがあればいいなと思う。
包括の方とも「そこが行き詰っているよね。」と話している。
- ・家族と話していると免許返納をどうしようかと話題が出る。交通手段が断たれると困る。本人のことだけで考えるよりは、家族のことも含む部分があるのかなと思う。



7 本人の続けたい活動から地域のつながりを考える

- ・「どこか行きたい場所へ行けなかった経験がありますか？」
⇒僕の場合は「本屋さんに行きたい。」と言っても「ちょっと待っててね。」で解決する。前は自分の好きなペースで行っていたけれども。
- ・本人は介護してくれる人に遠慮があると思う。
(介護者や家族が) 忙しそうにしていると何も言えなかったりする。
- ・【家族】同じことをやっている、関係性のある仲間、顔見知りの関係での助け合いはとても安心だと思う。

8 情報集の周知啓発

- ・【家族】ご本人によっては見る場合もあると思うが、主人の場合は今までも見ていない。認知症関係の本でも、漫画やイラストが描いてあるものは見やすい様子。
- ・宇部市の「認知症と生きるくらしの情報誌」検討委員として、冊子の案について意見を求められた。とても分かりやすく、まとめられていると思った。
- ・ケアパスは市のものをもらって見たけれど、今、どこにあるかな？
- ・厚手のものは分かりやすい場所に置いておくので、例えば、冊子とセットでケアパスをもらったらいいかもしれない。

