

6. 特別賞活動紹介

活動名：「SPSD（認知症模擬演技者）による支援プログラムづくり」

団体名：特定非営利活動法人 アビリティッククラブたすけあい（東京都世田谷区）

担当者：香丸真理子

〔入賞理由〕

介護の最前線を担っているケア者たちが、仲間同士であるべき介護について常に模索していく姿勢は貴重である。本人が何を感じ、どうして不安になるのか、どうして混乱しているのかを当事者の立場になって考えることはケアの基本である。それを現場で実践する技を磨くために認知症の人のロールプレイの方法を工夫しながら、関係者や地域に広めていく地道な取り組みは今後の認知症の人の理解に立ったケアを市民に実践的にひろめていくことに貢献するものである。

〔活動の概要〕

NPO法人アビリティッククラブたすけあい（以下ACT）は、1992年に東京を都市のモデルとして、「地縁や血縁」とらわれず「誰もが安心して暮らし続けられるまちづくり」を目的に、ACT会員7400人が自主・自立のたすけあいの地域社会をつくることをめざして活動してきました。現在ACT会員有志により構成する東京の各自治体で実践する34団体のたすけあいワーカーズと連携ネットワークして、赤ちゃんから高齢者まで『地域で生きること、生活すること』を支援する「自立援助サービス」を中核にしてたすけあい事業をしています。そのほか介護保険事業・支援費事業・子育て支援事業にも参画しています。

在宅で暮らす認知症の人そして家族との出会いが、自立援助や訪問介護サービスを通して10年前よりはるかに多くなっています（全利用者数1,388人に対して認知症と思われる利用者数は200人）。在宅介護にかかわるケア者（ヘルパー）が認知症の人への対人援助技術を学ぶための研修として2001年度より認知症の模擬演技者（Simulated Person with Senile Dementia以下SPSD）により、ロールプレイを取り入れた研修を実施しています。

2003年には、認知症の人のケア実践事例「だいじょうぶ・だいじょうぶ たすけたすけられる痴呆の人のケア」を出版しました。今までの認知症の人の理解は、周辺症状だけを見て「本人は何も分からない、困った人、在宅では見きれない人、危険だから外に出さない」という問題対応型の関わりが一般的でした。実践事例から、認知症になっても認知症の人を中心にした家族やケア者（ヘルパー）の関わり方と地域の人の理解で、在宅で暮らし続けることができることがわかりました。課題として見えてきたことは以下の3点です。

- ①専門職としてケア者（ヘルパー）の認知症の対人援助技術の向上
- ②認知症の人をかかえる家族を支援すること
- ③認知症の人を支える地域づくり（ACT安心ネットワーク）

2001年から現在まで、①については、毎月のSPSD研修会を実施し、年に数回、ACTの内部スキルアップ研修、企業や学校・社会福祉協議会から演習依頼があり実施しています。②については、2005年度から家族向けのプログラムを作成し、実施し始めています。③については、②でミニ公開講座に来てくださった人を中心に「認知症の家族の会」をつくり、どのような支援があれば在宅で暮らし続けられるか、また自分が認知症になったらこうして欲しいというメッセージを残せるような活動を組立たいと考えています。

活動名：「発信！「忘れても、しあわせ」の思い」

団体名：認知症本人・小菅マサ子&介護家族・小菅もと子&地域の人たち(愛知県豊明市)

担当者：小菅もと子

[入賞理由]

応募の中心人物は認知症の方本人であり、「折り梅」という映画の主人公になったご本人である。認知症になったら何もできないというこれまでのイメージを払拭した功績は大きい。本人が自らの力を発揮しながら暮らすことを家族の立場から長年支え続けており、その過程で生まれている家族の新たな力や絆の深まりの可能性を、今後の家族や地域の人々へ示した意味は大きい。

[活動の概要]

「認知症になったら、死んだほうがまし」とまだ思われている世の中です。私たちは認知症の本人の思い、家族の思いなどすべてをオープンにし、地域と全国に10年間認知症を発信し続けています。認知症でも残っている能力はあり、周りの理解と協力があれば生き生きと過ごせることをお伝えしています。「分からんようになった。こんな私はダメな人間。早く死にたい」と苦しむマサ子は絵画を通じて自信を取り戻し、作品展を開催しました。目的は認知症をオープンにし、知ってもらうことです。楽しく・のんびり・交流する、をコンセプトに「忘れても、しあわせ」展と題し、認知症を発信しました。

介護を通じて知り合った地域の人たちの協力のもと、受付は地域の大学に通う女子大生、手作りのクッキーや饅頭を作ってくれたのはヤングママやおばさんたち主婦、お客様のおもてなしをしてくれたのは知的障害を持つ子どもたち。絵画のほかにも、俳句・粘土造形・折り紙・手芸なども飾りました。展示は作品ばかりでなく、小菅家の介護の工夫をコメントつき写真で紹介するコーナーや、福祉関係のチラシ・パンフレット・書籍などを置いた福祉情報コーナーも設けました。認知症よろず相談コーナーも設けました。

マサ子がお客様と交流しキラキラと輝いたことは何よりも大きな収穫でした。マサ子の役割はとても大きく、存在そのものが認知症の発信になっています。

同居からこの初個展までを、もと子は「忘れても、しあわせ」(日本評論社)という本にしました。本人の苦しみ、家族の思い、地域との関わりなどを書きました。「忘れても、しあわせ」が原作となり、認知症の家族をテーマにした映画「折り梅」(松井久子監督)ができました。原作の地、豊明市では、地域の人たちが映画制作に参加し、全国に文化・芸術・福祉を発信したのです。この映画は全国で1,200箇所の地域で上映され、100万人がご覧になっています。「忘れても、しあわせ」の思いは、作品展・本・講演・映画と形を変えつつ、全国に広がっています。

私たちばかりでなく、認知症の本人と介護者は大きな大きな力を秘めています。認知症の真実の姿を伝え、啓蒙できる力を持っているのです。いついつまでも、「忘れても、しあわせ」の思いを発信し続け、「認知症でもだいじょうぶ」な町にしたいと思います。

活動名：「認知症こそマイケアプラン『あたまの整理箱』『マイライフプランの玉手箱』の作成」

団体名：全国マイケアプラン・ネットワーク（東京都府中市）

担当者：島村八重子

[入賞理由]

当事者が学習しながら自らのケアプランを作っていくこと、そのための具体的な方法やシートを開発し個々人のエンパワーメントを引き起こし、結果として市民、介護家族、地域づくりの質の向上に寄与している成果は大きい。また、全国レベルでの学習型ネットワーク組織として今後の活動が期待できる。

[活動の概要]

全国マイケアプラン・ネットワークは、介護保険のケアプランを自己作成している利用者を中心に、趣旨に賛同する人たちのネットワークです。会員は、自己作成者あるいは経験者が50人ほど、その他に自分や身近な人の今後のためという人、ケアマネジャーなどの専門職、研究者、行政職員など合わせて、全国に約160人です。

2001年9月に発足以来、適切でかつ適正な介護保険給付を受けるに資するケアプランを立てるためにはどのようにしていけばいいかを模索、方法論を確立してきました。

その成果として、2003年にはワークシート式マニュアル「マイケアプランのための『あたまの整理箱』」を制作しました。その人らしいケアプランを立てるためのさまざまな情報を整理し、思考過程を明らかにして、根拠を分かりやすく伝えるためのツールです。

私たちは活動を通して、要介護者の生活歴や特性をよく理解している人がケアプランの作成に主体的にかかわることの大切さを実感しました。これはケアマネジャーに依頼していても同様です。マイケアプランとは、ケアプランをケアマネジャーに丸投げせずに、当事者がしっかりと主体的にかかわって立てることで、特に、認知症の要介護者に関しては、それまでの人生、嗜好などを理解している人が中心となってケアプランを立てることで、その人にあったケアのあり方を提案することができます。

また私たちは介護を通じて、誰もが前もって、“認知症になっても大丈夫なように、「自分」や「周りの環境」を整えておく”ことが大切だと気づきました。そのためのツールとして、2005年には『マイライフプランの玉手箱』を制作しました。

元気なうちから、過去を振り返り、今を分析し、将来の展望を考えるためのツールです。もしも認知症を含めた要介護状態になった時には、そのままケアプランの土台となります。

市民一人ひとりが、認知症を自分自身の問題として考え、認知症になっても自分らしい生活が送れるように自分自身や周りの環境を整備し、準備しておくことは、そのまま認知症になっても大丈夫なまちづくりにつながると確信しています。

7. 本日のまとめ

「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005実行委員長 長谷川和夫

本日は「認知症を知り、地域を作る 10 ヶ年」の初年度としての「認知症を知る1年」の報告会とあわせて、「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005の表彰式・地域活動報告会が行われたわけですが、私はこの2つの事業が互いに影響しあって展開されていくことを期待しております。

「認知症を知る」というときの「知る」はまず知識でございますから、認知症を理解することが大事です。そのために5年間に認知症サポーターを100万人にするというプロジェクトが進行しております。

そして、もう一つの「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーンでは、拠点を中心とした町づくり活動の非常に先駆的な発表が本日ございました。いま、拠点の「点」と申しましたが、町づくりということになってまいりますとこれが「面」になってまいります。点から面に認知症のサポートのプロジェクトが進行しているということであろうと思います。この面がどんどん広がっていけば、日本全体が認知症になっても安心して住める社会、文化を創ることになりまして、長寿社会のトップランナーである日本が世界のひとつのモデルとなるのではないかと考えております。

制度が変わったり、世情や私たち自身も変わっていきますが、古典というものを参照しながら初心に帰り、私たち自身を励ましていくことも大切なのではないかと思います。古今東西の古典の中でベストセラーであります「新約聖書」のマルコ伝第4章にはこういう言葉があります。

「(からし種は)土に蒔くときには、地上のどんな種よりも小さいが、蒔くと、成長してどんな野菜よりも大きくなり、葉の陰に空の鳥が巣を作れるほど大きな枝を張る」

本日発表された方々はひとつひとつの種をまいてくださっているわけです。

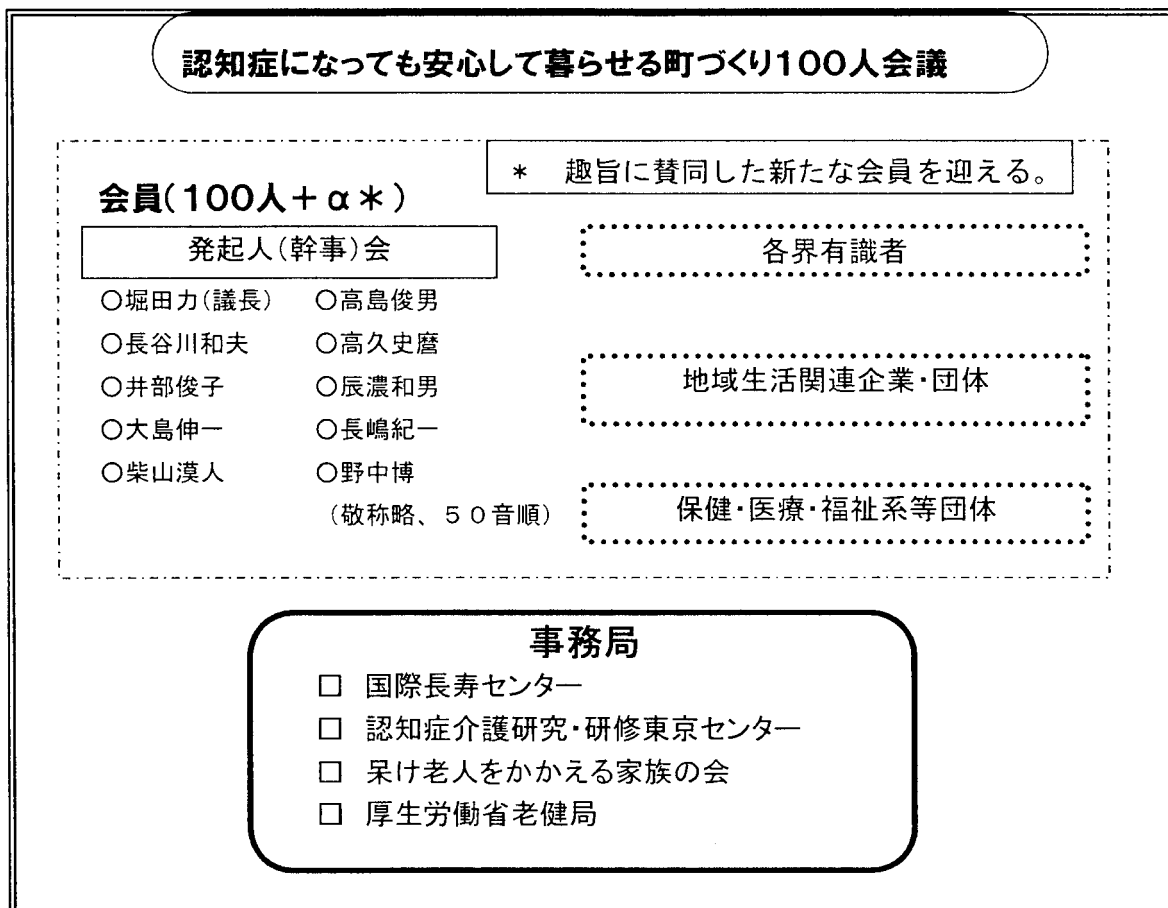
それがやがて大きな実りを遂げて、認知症になっても安心して暮らせる社会を私たちは作ろうではありませんか。



【100人会議の趣旨・役割】

100人会議は、厚生労働省が提唱する「認知症を知る1年」キャンペーンの趣旨に賛同し、その推進を応援する民間の個人や団体を中心とした運動体である。

具体的な役割は、メンバーそれぞれの立場を活かしながら、認知症に関する知識や情報の普及、認知症になっても暮らし続けられる地域づくりを応援することなどである。



【認知症になっても安心して暮らせる町づくり100人会議宣言】

- 1 わたしたちは、認知症を自分のこととしてとらえ、学びます。
- 2 わたしたちは、認知症の人の不安や混乱した気持ちを理解するよう努めます。
- 3 わたしたちは、認知症の人が自由に町に出かけられるよう、応援します。
- 4 わたしたちは、認知症の人や家族が笑顔で暮らしていけるよう、いっしょに考えます。
- 5 わたしたちは、市民や企業人としてできることを行い、安心して暮らせる町づくりをめざします。

【「認知症を知る1年」キャンペーンの事業】

- 「認知症サポーター100万人キャラバン」による住民・職域・学校講座
- 「認知症でもだいじょうぶ町づくり」キャンペーン2005
- 認知症の人「本人ネットワーク」支援
- 認知症の人や家族の力を活かしたケアマネジメントの推進

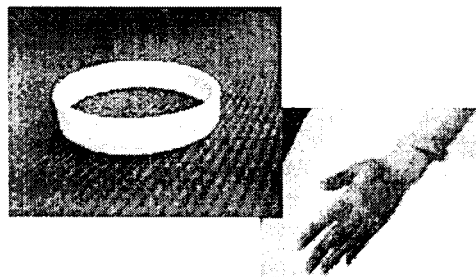
このほか、

認知症予防と早期発見による継続的な地域ケアマネジメントシステムの構築、
介護サービスの質を向上させるための人材育成、
認知症の人の権利を守り尊厳を支える取り組み、などを推進していく。

【認知症サポーターについて】

「認知症サポーター100万人キャラバン」による住民・職域・学校講座にて、
認知症についての正しい知識、認知症の人への適切な対応のしかたを学んだ方を
います。認知症サポーターには、その証として、
「オレンジリング」をお渡しします。

●オレンジリング



日常の暮らしの中で、学んだことを生かすよう、
自分のできる範囲から一認知症の人やその家族に
温かい目で接することから、周囲の人への啓発活動、
認知症の人やその家族への支援一など、できること
を見つけて行動を起こしてください。
認知症サポーターの中から、新たな町づくりの担い手
が輩出されることが大いに期待されています。

- ① 認知症に対して正しく理解し、偏見をもたない。
- ② 認知症の人や家族に対して温かい目で見守る。
- ③ 近隣の認知症の人や家族に対して、自分なりにできる簡単なことから実践する。
- ④ 地域でできることを探し、相互扶助・協力・連携、ネットワークをつくる。
- ⑤ まちづくりを担う地域のリーダーとして活躍する。

【シンボルマークについて】



青:本人
黄、オレンジ、赤:
人、地域、制度

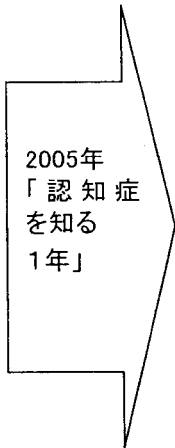
※青い丸が本人を
あらわしています

本人が内に秘める輝き
(=自分らしさ)
をみんなで支えていく、
という意味を
こめています

【「認知症を知り 地域をつくる10ヵ年」の構想】

(平成17年4月の厚生労働省資料を基に作成)

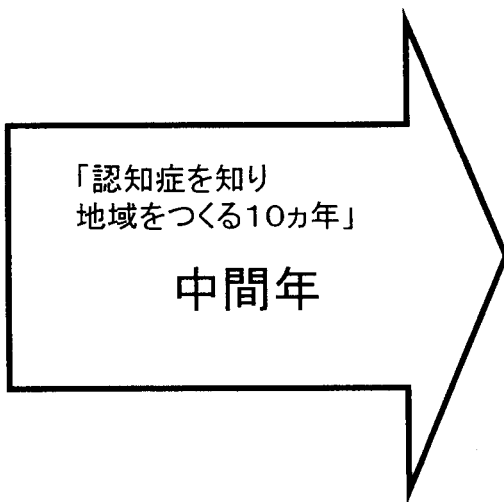
2005年4月スタート



2005年度 到達目標

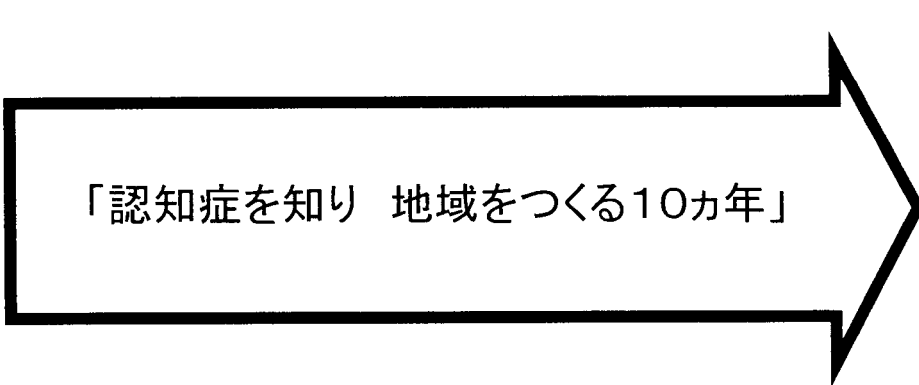
多くの住民が認知症について以下のことを知り、各自なりの対応・支援を考えていくための素材づくり、地域づくりのモデルができている。

- ・認知症の特徴
- ・認知症になっても自分らしく暮らせること
- ・認知症予防に有効と思われること
- ・認知症になったのではないかと思ったときの対応
- ・認知症になったときの対応
- ・認知症の人の暮らしを地域で支えることの重要性和可能性



2009年度 到達目標

- 認知症について学んだ住民等が100万人程度に達し、地域のサポーターになっている。
- 認知症になっても安心して暮らせるモデル的な地域（以下のような地域）が、全国各都道府県でいくつかできている。
- ・認知症であることをためらいなく公にできる。（早期発見・早期対応）
- ・住民や町で働く人々による（ちょっとした助け合い）が活発。
- ・予防からターミナルまで、関係機関のネットワークが有効に働いている。
- ・かかりつけ医を中心とした地域医療ケアチームがきめ細やかに支援している。
- ・徘徊する人を町ぐるみで支援している。



2014年度 到達目標

認知症を理解し、支援する人（サポーター）が地域に数多く存在し、すべての町が認知症になっても安心して暮らせる地域になっている。

参考資料4

【認知症になっても安心して暮らせる町づくり100人会議会員名簿】

平成 18 年 2 月末日現在

(敬称略、50 音順)

幹事 (発起人) 計 10 名	井部俊子(検討会委員・聖路加看護大学長)、大島伸一(国立長寿医療センター総長)、柴山漠人(認知症介護研究・研修大府センター長)、高久史麿(検討会委員・自治医科大学長)、高島俊男(検討会委員・エッセイスト)、辰濃和男(検討会委員・エッセイスト)、長嶋紀一(認知症介護研究・研修仙台センター長)、野中 博(検討会委員・日本医師会常任理事)、長谷川和夫(検討会委員・認知症介護研究・研修東京センター長)、堀田 力(議長:「痴呆」に替わる用語に関する検討会委員・さわやか福祉財団理事長)
各界有識者 計 12 名	足立 啓(和歌山大学システム工学部教授)、生島ヒロシ(キャスター)、永 六輔(放送タレント)、落合恵子(作家)、小室 等(ミュージシャン)、高野範城(日本弁護士連合会 高齢者・障害者の権利に関する委員会委員長)、立松 和平(作家)、羽田澄子(映画監督)、日野原重明(聖路加国際病院理事長)、松井久子(映画監督)、村田幸子(福祉ジャーナリスト)、吉行和子(女優)
地域生活 関連企業・ 団体 計 21 団体	全国医薬品小売商業組合連合会、全国銀行協会、全国公団住宅自治会協議会、全国高等学校長会、全国石油商業組合連合会、全国農業協同組合中央会、全国連合小学校長会、全日本中学校長会、電気事業連合会、社団法人 日本観光協会、社団法人 日本ガス協会、日本商工会議所、社団法人 日本水道協会、日本生活協同組合連合会、日本製薬団体連合会、社団法人 日本セルフ・サービス協会、社団法人 日本専門店協会、財団法人 日本博物館協会、社団法人 日本フランチャイズチェーン協会、社団法人 日本ボランティア・チェーン協会、日本労働組合総連合会
保健・医療 ・福祉系団 体等 計 53 団体	介護相談・地域づくり連絡会、玩具福祉学会、高齢社会 NGO 連携協議会、NPO法人 高齢社会をよくする女性の会、国際長寿センター、社団法人 コミュニティネットワーク協会、財団法人 さわやか福祉財団、社団法人 シルバーサービス振興会、社団法人 成年後見センター・リーガルサポート、全国介護支援専門員連絡協議会、特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター、全国在宅介護支援センター協議会、全国市長会、社会福祉法人 全国社会福祉協議会、全国知事会、特定非営利活動法人 全国痴呆性高齢者グループホーム協会、全国町村会、全国マイケアプラン・ネットワーク、全国民生委員児童委員連合会、財団法人 全国老人クラブ連合会、全国老人デイ・ケア連絡協議会、社団法人 全国老人保健施設協会、宅老所・グループホーム全国ネットワーク、社団法人 長寿社会文化協会、社団法人 地域医療振興協会、社団法人 日本医師会、社団法人 日本ウオーキング協会、社団法人 日本介護福祉士会、社団法人 日本看護協会、日本言語聴覚士協会、日本ケアマネジメント学会、社団法人 日本建築学会、日本公証人連合会、日本高齢者虐待防止学会、社団法人 日本作業療法士協会、有限責任中間法人 日本在宅介護協会、社団法人 日本歯科医師会、社団法人 日本社会福祉士会、日本精神衛生学会、社団法人 日本精神科病院協会、日本成年後見法学会、日本赤十字社、日本認知症ケア学会、社団法人 日本薬剤師会、社団法人 日本理学療法士協会、日本療養病床協会、日本労働者協同組合連合会、日本老年看護学会、福祉自治体ユニット、財団法人 ぼけ予防協会、社団法人 呆け老人をかかえる家族の会、有限責任中間法人「民間事業者の質を高める」全国介護事業者協議会

※協力:日本経済団体連合会

合計:96 団体・個人

第2回認知症になっても安心して暮らせる町づくり100人会議(「認知症を知る1年」報告会)
「認知症でもだいじょうぶ」町づくりキャンペーン2005 表彰式・地域活動報告会

報告資料

認知症になっても安心して暮らせる町づくり100人会議事務局 国際長寿センター
2006年3月

禁無断転載