

平成 31 年 4 月 8 日

「認知症予防とその対策」 研修所感

岡 崎 義 樹
中 川 正 則

日 程：平成 31 年 2 月 13 日（水）～ 2 月 15 日（金）

場 所：全国市町村国際文化研究所

対 象：認知症施策に携わる市町村や社会福祉協議会等の職員

参加者：31 名

1、認知症のメカニズムと予防

東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加と地域保健研究チーム
研究員（主任）：鈴木宏幸氏

2、認知症施策の動向、自治体の役割

認知症介護研究・研修東京センター
研究部長：永田久美子氏

3、認知症にやさしい地域づくり

福岡県大牟田市 保健福祉部健康福祉推進室
室長：池田武俊氏

4、連携体制の構築、情報共有支援

長崎県諫早市 健康福祉部高齢介護課
岩本節子氏

5、成年後見制度を中心とした認知症の方の権利保護

長野県上伊那成年後見センター
所長：矢澤秀樹氏

6、グループ討議

奈良県生駒市 福祉健康部
次長：田中明美氏

所感

岡崎義樹

今回は、認知症に関する所管事務として、JIAM 研修を受講しました。多くの若者が参加され、そのほとんどの方は専門分野の担当職員等が多かったことで大変驚きました。受講するに当たり、それぞれの自治体の認知症対策の取り組み状況や意見交換をするなど、大変勉強になりました。

まず最初に、鈴木宏幸先生の講義では、認知症の高齢者の数は世界で急増している現状や日本の現状踏まえての実態、認知症の原因となる疾患と危険となる危険因子の説明がありました。その中で危険因子として、高血圧、高脂血症、心疾患、糖尿病、肥満、運動不足、過度飲酒習慣、喫煙習慣、その原因疾患として、脳梗塞、血栓症、脳塞栓症、脳出血、くも膜下出血が挙げられ、その後脳血管性認知症、多発梗塞性認知症、単一梗塞認知症、小血管性認知症などを発症すると言われています。その後、認知症における予防戦略のメカニズムとして、認知症的予備力の増大（聞こえを保つ（補聴器）、教育、知的活動）脳ダメージの減少（血管・神経の保護）脳の炎症の減少（運動、地中海食）へとつながり、抗うつとなるとも言われています。

そして、鈴木先生が研究されているシニアの絵本の読み聞かせのボランティア「りぷりんと」では、世代間交流を通じた高齢者に社会貢献によって記憶機能への効果が上がっていることや神経細胞は死んでも他の経路が働く事など、脳は使えば使うほど神経網が充実するとも言われており、MCI についても、手を打つなら早い方が有効であり、その 31%は健常な状態へと戻せるとも言われています。

そこで私自身感じたことは、その防止策として、絵本の読み聞かせをする事で、進行を遅らせたり、地域の支え手として、生き活きと活躍できる場づくりを作っていく事も必要性もあると考えます。

次に永田久美子先生の講義では、認知症患者の方への接し方やその歴史認識の紹介と 2015 年認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）の基本的な考え方など、単に支えられる側としての考えだけではなく、認知症の方の意思を尊重し、できる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる社会を気づくことであると言われてます。

私も同感であり、前回の講師の鈴木宏幸先生の言われている認知症の方への配慮として、本人や家族が生き活きと生活できる環境整備をつくることや地域の中で、生き活きと活躍できる場づくりを作っていく事が必要であると感じました。

次に池田武俊先生の講義では、平成 14 年度に認知症介護に関わる実態調査を市内全世帯と高齢者・家族・職員を対象に行ったところ、市民から寄せられた 2,200 人ほどの認知症に対する不安や苦悩などの意見や提案があった事で「認知症対策や地域づくりへの提言」が浮き彫りとなり、その後大牟田市における認知症対策

としてのきっかけ作りとなり、その一つ一つを対応してきたことであるとお聞きしました。

そして、「ほっと安心ネットワークの全体構成」では、高齢者等 SOS ネットワーク関係団体、校区のネットワーク、広域連携市町、「メール配信システム愛情ねっと」などに行方不明者の事案情報等を発信し、ネットワークを使って検索されています。その中の情報提供シートや検索ボランティアでは、その認知症の方の個人情報等を携帯メールを使って検索に当たっているとの事でした。模擬訓練では、市内 19 校区で訓練実施をするなど、アルツハイマー型認知症など当事者も含む訓練参加者も増加しています。

また、認知症の方や家族や地域の事を描いている子どもたちと学ぶ認知症「絵本教室」は、平成 16 年からの実施状況では、約 8,000 人を超えており、総合学習の時間を使って認知症の方の気持ちや自分たちにできる事を話しあっているとの事でした。

これらの事から個人情報の事が気になりますが、地域全体で安心して暮らせる対策含めて考えるとその必要があるのかなと考えさせられる部分があるが、それを隠すとある部分で徘徊者の検索に支障が出て来るのではないかと考えます。

それと絵本教室に関しては、高齢化社会が進む中で大牟田市の提言にある「認知症の人とその家族を地域全体で支え、市民が認知症を超えて、安心して豊かに暮らし続ける事ができるようまちづくりを推進してまいります」とあるように、地域住民の意識が高まっていく事でしょう。

それと絵本教室の中で認知症ってなにか？認知症の人の気持ちって？一番困っている人は誰なのか？僕たちにできる事はあるのか？その事を含めて、絵本教室の必要性を考えていく部分があるのではないのでしょうかと思います。

次に岩本節子先生の講義では、長崎県諫早市で地域・医療・介護関係団体の意見を情報共有ツールとして活用しているいさはやオレンジ手帳の作成等の紹介とその後認知症の診断を受診後にオレンジ連携シートへと引き継がれ、その後のケアとしての流れの紹介がありました。そして、いさはやオレンジ手帳は主に認知症になった時の備えとして、65 歳以上の方に配布されており、その後認知症を発症した時に安心して生活できるための情報共有として、その方の病状等を理解してもらうためにオレンジ連携シートを使ってケアの流れの円滑化を図られていました。

また、オレンジにこここミーティングでは、認知症ケアパスの地域別ケアパスの基礎資料作成のための場として、認知症に関わる医療職・介護職・地域の関係者が一同に集まり、住み慣れた地域で安心して暮らすための場づくりとして集う事で顔の見える関係づくり聞きました。

次に矢澤秀樹先生の講義では、成年後見制度について制度の概要や利用状況等の説明があり、平成 20 年度は約 69%の方は親族が後見人であったものが、平成

24年度ではそれが逆転し、平成29年度では親族以外の第三者が選任されたものが全体の約73.8%となっているとの状況となっています。成年後見制度は、認知症・知的障害・精神障害などにより判断能力が不十分な人に対して、必要な支援をする人を家庭裁判所が法律上その人を守る制度であるので、身の回りのお世話をしたり、本人に代わって身元引受人になる事ではありません。

そして、成年後見制度には、法定後見制度と任意後見制度の2種類があり、ご本人の判断能力に応じて、後見、保佐、補助があり、最終的には家庭裁判所が決める形となっています。そして、その時の申し立て時に提出する書類や医師の診断書などが必要であるとの事でした。

そうであるならば、急速に進む高齢化社会、家族が支えてきたことが、世帯構成の変化により困難が生じたときに、その人の判断能力が低下した時にだれがSOSを発信するのか。家族と同居ならば、その家族の方が行動を起こすと思うが、老老世帯の方や一人世帯いわゆる独居世帯ならば、誰がその判断を講ずるのか、本当に考えさせられます。その人を放置のままにすると誰にも発見されず、誰にも相談できないまま、地域で埋もれてしまう恐れもあることでしょう。そうならないように、少しでも判断できる状態の時にこの成年後見制度を活用すべきだと考えます。

JIAM 研修 「認知症予防とその対策」 報告書

中 川 正 則

1、認知症のメカニズムと予防

絵本の読み聞かせ活動が海馬萎縮を抑制する。

- ・社会参加による認知症予防の効果
- ・認知症予防として生活に根付いた技術を学習する。
- ・自身の健康づくりが次世代支援・地域貢献に繋がる。

本人に対して・・・認知症予防、精神的健康、メッセージの発信

子どもたちに・・・精神的健康、言葉の学習、敬老感

2、認知症施策の動向、自治体の役割

認知症を巡る考え方・生き方の大きな変革期にある。

これまで（問題点重視、絶望）

- ・わからない、できない
- ・自分らしさがなくなる
- ・恥ずかしい、隠す、黙る
- ・閉じこもって呆然とした日々
- ・あきらめ 孤立、暗く、絶望的

これから（可能性重視、希望）

- ・わかること、出来ることがある

- ・認知症になっても自分は自分
- ・早く周りにオープンに、伝える
- ・地域を舞台に、心豊かな日々
- ・支えられる一方出なく、地域の大事な一員として活躍
- ・あきらめずに一緒に、楽しく、希望を持って

カフェのあり方

本人の声を聴き、本人がしたいことを叶えるためのカフェに変え、繋がりや地域の活動拠点に。普段から地元で本人同士が集まり、本音で語り合える機会を作る。

3、認知症に優しい地域作り

(大牟田市認知症 SOS ネットワーク模擬訓練)

- ・アルツハイマー型認知症の当事者による模擬訓練を実施。

「徘徊」という文字は使わない。

- ・官・学・地域住民との連携による、空き屋活用モデルプロジェクト

地域に住む一人暮らし高齢者を支えたいという住民の思いからサロン開設へ空き家の提供

4、認知症地域包括ケアにおける連携体制の構築、情報共有支援

(諫早市の事例)

- ①いさはやオレンジ手帳・・65才以上の市民(認知症になった時に備え記載するもの、正しい理解を得るためのものでもある)
- ②オレンジ連携シート・・認知症診断を受けた人(安心して生活出来るための情報共有、介護者が病状を理解し疲弊しないためのものでもある)

5、成年後見制度を中心とした認知症の方の権利保護

- ・申立書に基づき家庭裁判所が選任した人間・法人が本人に変わり契約を結んだり、本人にとって不利益な契約を取り消すことにより、本人を権利侵害から守り、必要な権利を行使する制度。

6、2025年に向けた認知症施策の展開について

グループ内の地域課題から一つを選定し、将来について討議。発表

所 感

○認知症の人の介護者への支援

高齢化の進展にともなって認知症の人が増えていくことが見込まれる中、認知症の人の介護者への支援を行うことが認知症の人の生活の質の改善にも繋がると思えることから、介護者の精神的身体的負担を軽減するための支援や介護者の生活と介護の両立を支援する取組が必要と感じる。

○認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進

65歳以上高齢者の役4分の1に一人が認知症の人又はその予備群といわれる中、高齢者にとって暮らしやすい環境を整備することが、認知症の人が暮らしやすい地域づ

くりに繋がると考えられ、生活支援、生活しやすい環境の整備、就労・社会参加支援及び安全確保の観点から、認知症を含む高齢者に優しい地域作りの必要性。

○認知症の人やその家族の目線で

これまでの認知症施策は、どちらかと言えば、認知症を支える側の視点に偏りがちであることから、認知症の人のニーズ把握や生きがいを含めた認知症施策の企画や立案に認知症のひとやその家族の目線で参画してもらおう。

○認知症高齢者等にやさしい地域は、認知症のひとだけにやさしい地域ではない。

困った人がいれば、その人の尊厳を尊重しつつ手助けをするというコミュニティーの繋がりが基盤に必要。認知症高齢者等にやさしい地域づくりを通じて地域を再生するという見方も必要と感じる。昔から住み親しんできた地域の人たちと今までと同じように暮らす事が出来れば、本当にやさしい地域であると感じる。