

～地域には認知症サポーターがいます！～

地域には医療や介護に関わる専門職だけでなく、認知症について知り、認知症の人やご家族を温かい目で見守っていく「応援者」がいます。認知症は隠す時代ではありません。本人、家族だけでがんばり過ぎず、様々な人たちと支え合うことは、「みんなが暮らしやすいまち」の基礎となります。

【認知症サポーター養成講座について】

高齢者なんでも相談室が中心となって、地域住民や学生、企業等を対象として、認知症に関する正しい理解の普及を図る講座を開催しています。

令和2年10月に
江戸川台小学校で行われた認知症
サポーター養成講座の様子⇒



北部高齢者なんでも相談室 石川 渉さん

北部地域の小学校で認知症サポーター養成講座が始まって、6年以上が経ちます。小学生から積極的に意見が出され、関心を持って受講してくれていると感じています。

また、千葉県立流山北高等学校のインターンシップ保健実習という授業の中で認知症サポーター養成講座を行っています。受講した高校生が、文化祭で認知症についての理解を広めるための催し物を行ったり、当相談室が新川小学校で認知症サポーター養成講座を行う際に、一緒に参加してクイズをしてくれたこともありました。高校生が普及活動をしてくれたことは新しい試みであり、学生や働き盛りの方など幅広い世代に認知症について知ってもらう機会になりました。

学生へ講座を開催するきっかけは、地域の方々からいただいたものです。小学校の場合は地域の民生委員・児童委員から要望をいただき、高校の場合はインターンシップ保健実習を行っている介護老人保健施設ハートケア流山からいただきました。地域のさまざまな人がつながって、この講座が広がっていると実感しています。

●たんぽぽ訪問看護ステーション 保健師 佐藤 木綿子さん

その方の「強み」を引き出せるような関わりを意識しています。当施設では看護小規模多機能型居宅介護という、利用登録者の希望に応じ訪問看護とデイサービス・訪問介護・ショートステイを柔軟に組み合わせることができるサービスも提供しており、医療処置等を必要とする方、状態が不安定な方が在宅療養を継続できるようサポートしています。ショートステイでは、家事が得意な方に皿洗いや衣類をたたんでもらうこともあり、大変助けられています。

また、ご本人とご家族が生きてきた足跡・物語をお聞きする中で、生き方や家族の在り方から様々なことを学ばせていただいたり、元気をいただくことも多いです。



●東葛病院付属診療所 介護支援専門員 伊江さおりさん

病名が先行でなく、今までの生活歴を知りつつ、現在の本人を知るようにしています。本人が自信をもって生き生きと暮らしていけるよう、時には本人や家族の思いを整理したり、迷う時間を尊重しつつ、ニーズに合わせたタイミングで必要な情報を提供できるよう心掛けています。

日本人は周囲に負担をかけないようにしたいといった、他の人を気遣う感情が強いと聞いています。本人がストレートに感情を表現してくれた時はうれしく、心が通い合ったと感じられる瞬間に支えられています。



医療・介護に関わる専門職に聞いた 認知症の人の「おうちで過ごしたい」 をどうサポートしていますか？

●小規模多機能ソラスト流山 介護福祉士 佐藤 真砂子さん

小規模多機能型居宅介護は、デイサービス・訪問介護・ショートステイを柔軟に組み合わせることができるので、本人・家族と一緒に考えながら、在宅生活を継続できるようご利用いただいています。時には、本人の数十年の友人やよく立ち寄るコンビニエンスストアなど地域の方と連携することもあります。家族・専門職だけでは成り立たない部分があるので、地域の方とも支え合う、そんな良い循環が広がってほしいと思っています。

認知症になっても、その人らしさは変わらず残っています。日常の気遣いに心が温まったり、元気をもらっています。また、色々なお話をお聞きし、育ててもらっていると感じています。



●東部高齢者なんでも相談室 菅野 裕貴さん

本人の話を否定せず、受け止めて、できることを一緒に考えていくこと

を積み重ねています。他の専門職だけでなく地域の人とより一層の連携を必要とするのが特徴だと感じています。そのため、病気への理解、対応の仕方を多くの人に知ってもらえるよう、家族の集いの運営や認知症サポーター養成講座等に取り組んでいます。「認知症とともに暮らしやすいまちづくりの会」では、個人の悩みにとどまらず、地域づくりといった視点で検討し、意見交換をしていました。

本人との話のなかで、その方が積んできた経験をお聞きすることも多々あります。自分だけでは知り得なかったことを知ることができ、勉強になっています。



●訪問介護事業所ハートケア流山 介護職 小嶋 一輝さん

外出の機会が減り、人間関係が崩れやすくなっている方にとって再構築のきっかけとなるよう、人と人との付き合いをし、支えが必要な部分は認知症の知識を持ってサポートしています。訪問を積み重ねていくことで、本人の意欲が湧き、本来のその人らしさが戻ってきます。しかし、専門職のサポートだけでは限界があり、地域の人の方がその方との付き合いを続けてくれる等の支えに救われることが多々あります。

令和元年には流山市で、「RUN 伴（とも）」という、誰もが暮らしやすい地域を創ることを目指して、認知症の人、医療福祉関係者が一緒にタスキを繋ぎ、日本全国を横断する啓発活動の開催に携わりました。多くの方々の協力で開催できたことは大きな経験となりました。また、認知症当事者や支援者という枠を越えた人間としての結びつきを再認識したことで、地域の一員としても「ちょっとした手助け」ができる心構えができました。



認知症について、もっと詳しく知りたい方はこちら

流山市では、毎年「知って安心！認知症安心ガイドブック（認知症ケアパス）」を発行しています。認知症の方やそのご家族が「いつ何をすべきか」をわかりやすくまとめた冊子で、症状の進行に合わせた支援や、医療や介護に関する情報を掲載しており、若年性認知症、相談先、家族の集いについての詳細も掲載しています。

介護支援課や高齢者なんでも相談室の窓口で配布しており、ホームページで電子書籍の閲覧も可能です。ぜひご覧ください。

