

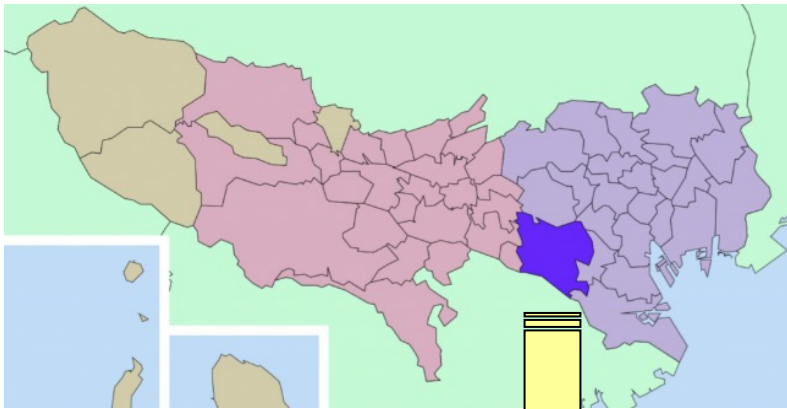


第3回
認知症に関する
緩和ケア研究会
2022.04.17

我が国における認知症支援 とともに生きる希望を地域でささえる

桜新町アーバンクリニック
遠矢純一郎

世田谷区の概要

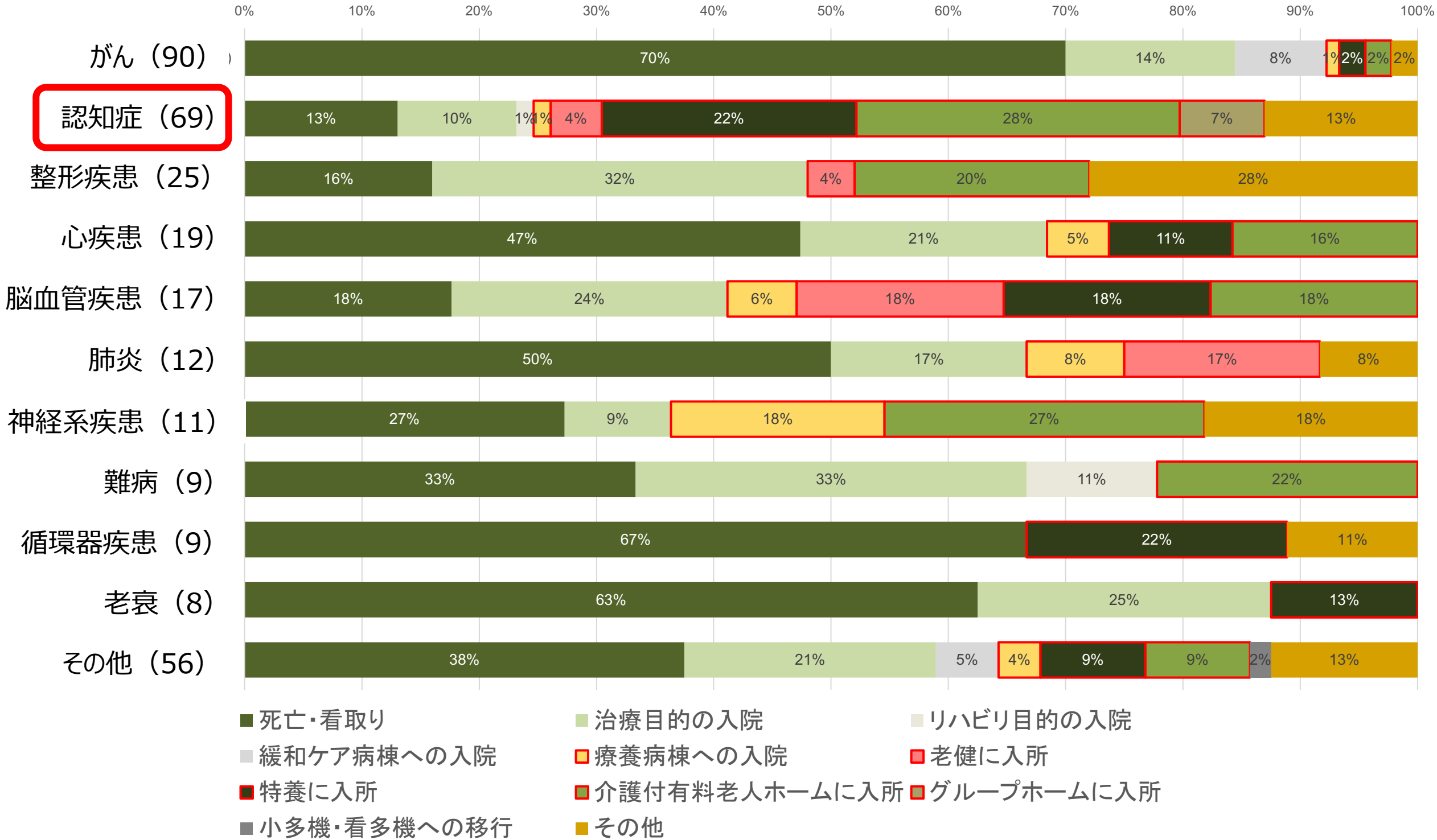


- 人口 91.6万人
- 高齢者18.6万人 (20.35%)
(令和4年1月1日現在)
- 要介護認定者認知症状の出現数*
18,433人 ← 24,090人
(2020) (2012)
- 地域包括支援センター 28か所
- 認知症疾患医療センター 1か所
- 認知症診断ネットワーク病院
世田谷区 5か所
目黒区 2か所

※介護認定調査において認知症の日常生活自立度の判定がⅡ以上の人数

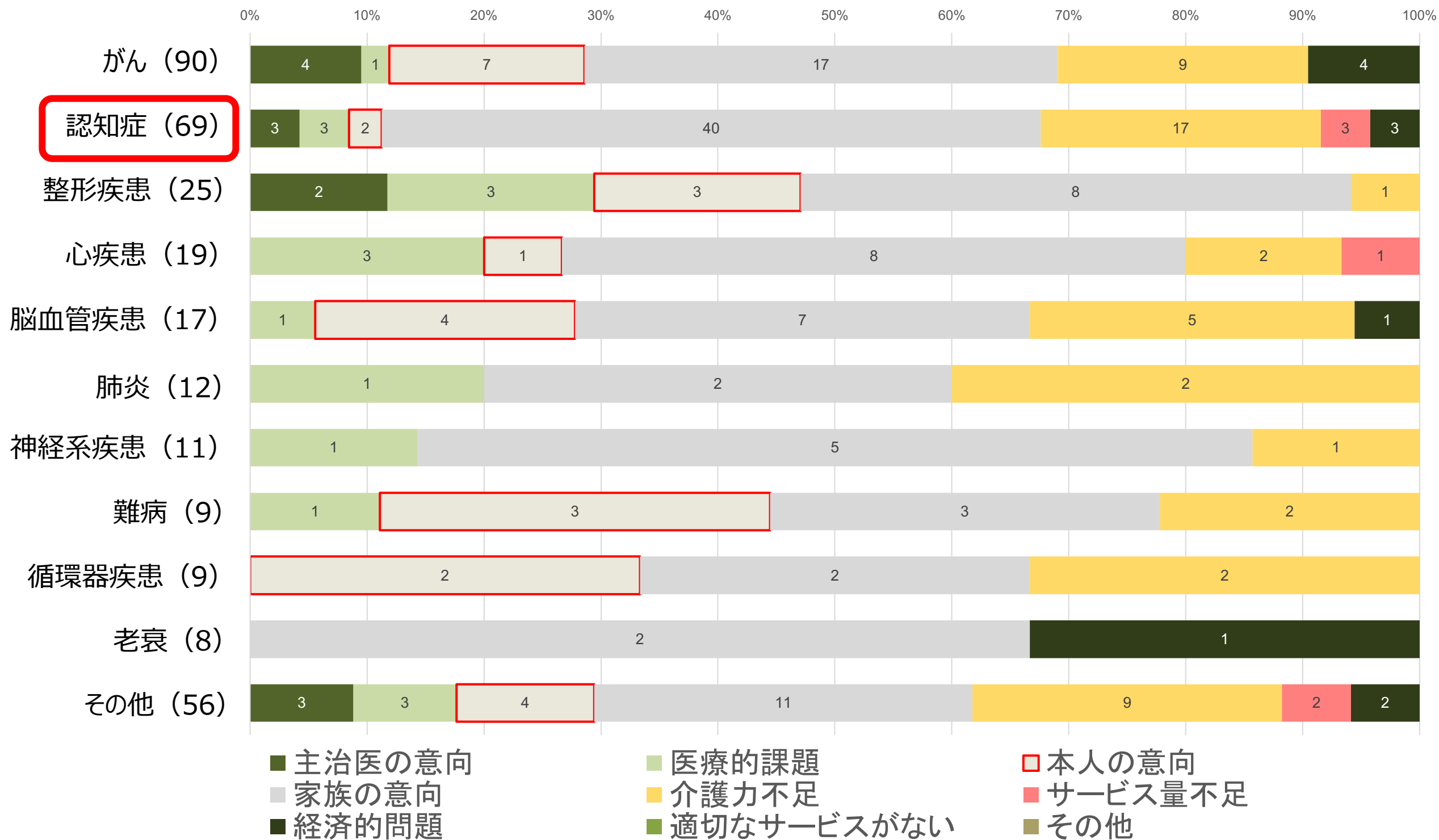
病気別の在宅療養終了時の療養先・転帰

疾患によって終了後の療養先・転帰は大きく異なる。がんは在宅看取り率が高い。
認知症は入所になるケース（赤線）が多い。

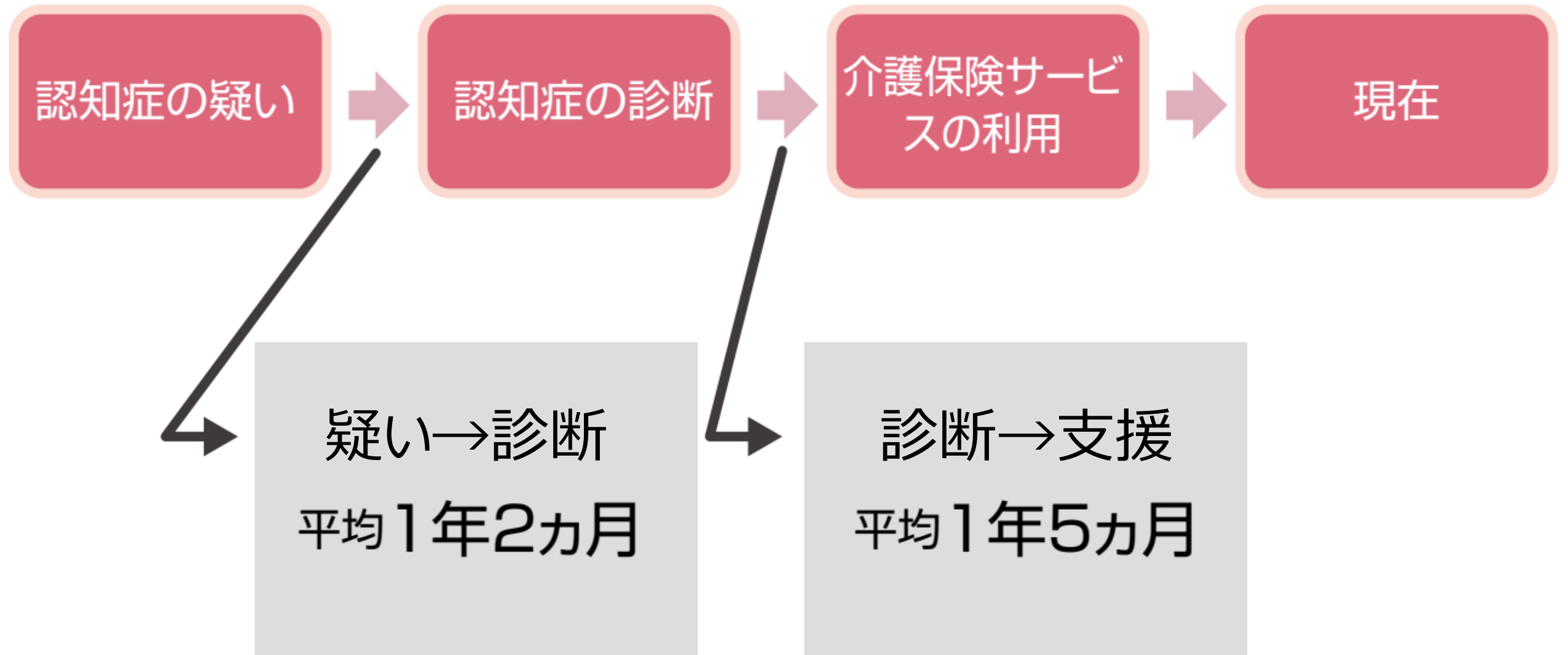


自宅療養が終了になった経緯・理由（入院・入所の場合のみ、複数回答可）

「本人の意向」（赤線）は少ない。「家族の意向」「介護力不足」が多い。



空白の期間



認知症の家族等介護者支援に関する調査研究事業 平成29年
社会福祉法人東北福祉会 認知症介護研究・研修仙台センター

➡ **初期支援、診断後支援の必要性**

認知症ケアの流れを変える

これまで

認知症の進行



危機的状況



精神科入院や
施設入所へ

さらに悪化

これから

認知症の初期



早期診断・介入



自宅での生活を
出来るだけ長く

予後の改善



認知症初期集中支援 事例提示

認知症初期で介護保険サービス 以外の活動の場を模索するケース

事例紹介 Aさん 女性 80才 独居

「なんだか最近忘れっぽいな、変だな。」と感じながら生活しているAさん。
ある日、離れて暮らす娘から「**認知症なんじゃないか**」と言われた

私、認知症
なのではないですか？



Aさん 女性 80才 独居

- 3年前に夫が他界したところから、**何をすることも億劫になり、引きこもりがち**
- 先月、**セールスの電話で高いカニを買ってしまった**が、注文したことを覚えていなかった。娘が気づき、キャンセルすることができた
- もともと、**音楽や切り絵が好きで、社交的な性格**だった。今はスーパーに買い物に行く以外は出かけず、週に1回来る娘としか話していない

■「もの忘れチェック相談会」を勧められ参加



長谷川式検査 21/30点

- ・ 日時の見当識障害
- ・ 短期記憶の低下あり

新しいことを覚えるのが苦手になってきているようだと言われた

**「これからどうしたらいいのか
わからない・・・ ひとりで不安だ」**

初期集中支援事業を紹介される。
専門チームにこれからの生活などの不安を相談したいと思い、
本事業を利用することに。

認知症初期集中支援事業が目指すもの

生活支援

認知症になっても、本人の意思が尊重され、出来る限り
住み慣れた地域の良い環境で暮らし続けるために、
認知症のひとに**「初期集中支援チーム」が訪問し、**
適切な診断や早期対応に向けた支援体制を構築する

専門チーム

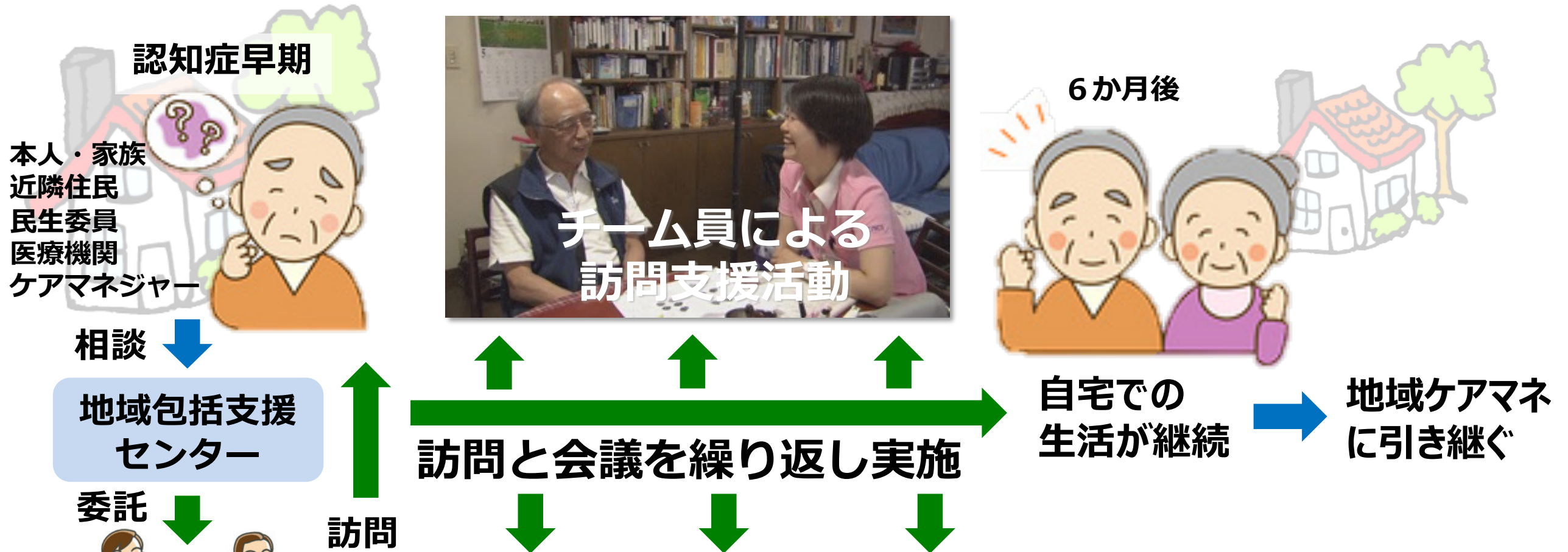
アウトリーチ

「初期」とは？

1. 認知症の発症後のステージとしての初期
2. 認知症のひとへの関わりの初期（ファーストタッチ）

平成25年7月4日 厚労省老健局
「認知症対策等総合支援事業の実施について」

初期集中支援の流れ



チームメンバー会議
精神科医や認知症専門医を含む多職種チーム員が、訪問調査のアセスメントに基づき、具体的な支援を検討する

看護師、作業療法士、薬剤師、PSW、認知症専門医・サポート医等

- ・ 医師による早期診断につなげる
- ・ 在宅での具体的ケアの提供と指導

初期集中支援 初回訪問時の様子

- 自宅はきれいに掃除されていた。本人はお化粧品をして訪問を楽しみにされていた。
- 看護師の訪問に拒否はなく、ご自身の体調やもの忘れ、詐欺のことなどを伺えた。
- 少し前の会話が思い出せないため、人と話すと「おかしい」と思われるのではないかと
思い、引きこもりがちになっていたという。



支援プラン

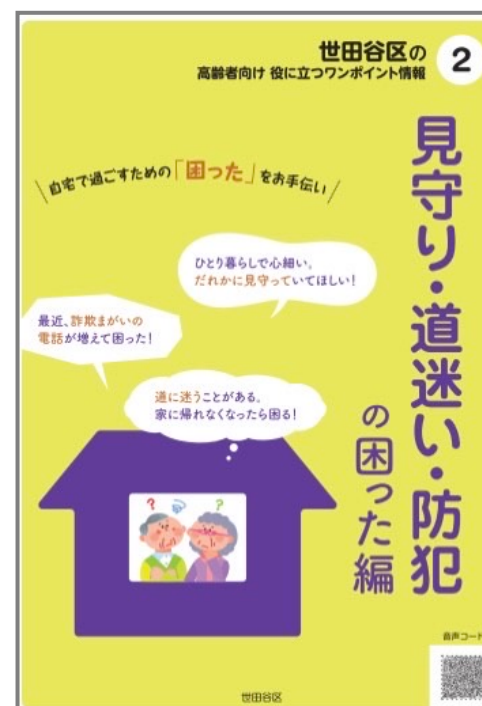
- ① 詐欺への対策
- ② 外出の機会や人との交流を増やす



支援プラン①

電話詐欺への対策

区のサービスとして提供される『自動通話録音機』を紹介、設置された



防犯

最近、詐欺まがいの電話が増えて困った!

「自動通話録音機」を無料で貸し出します!

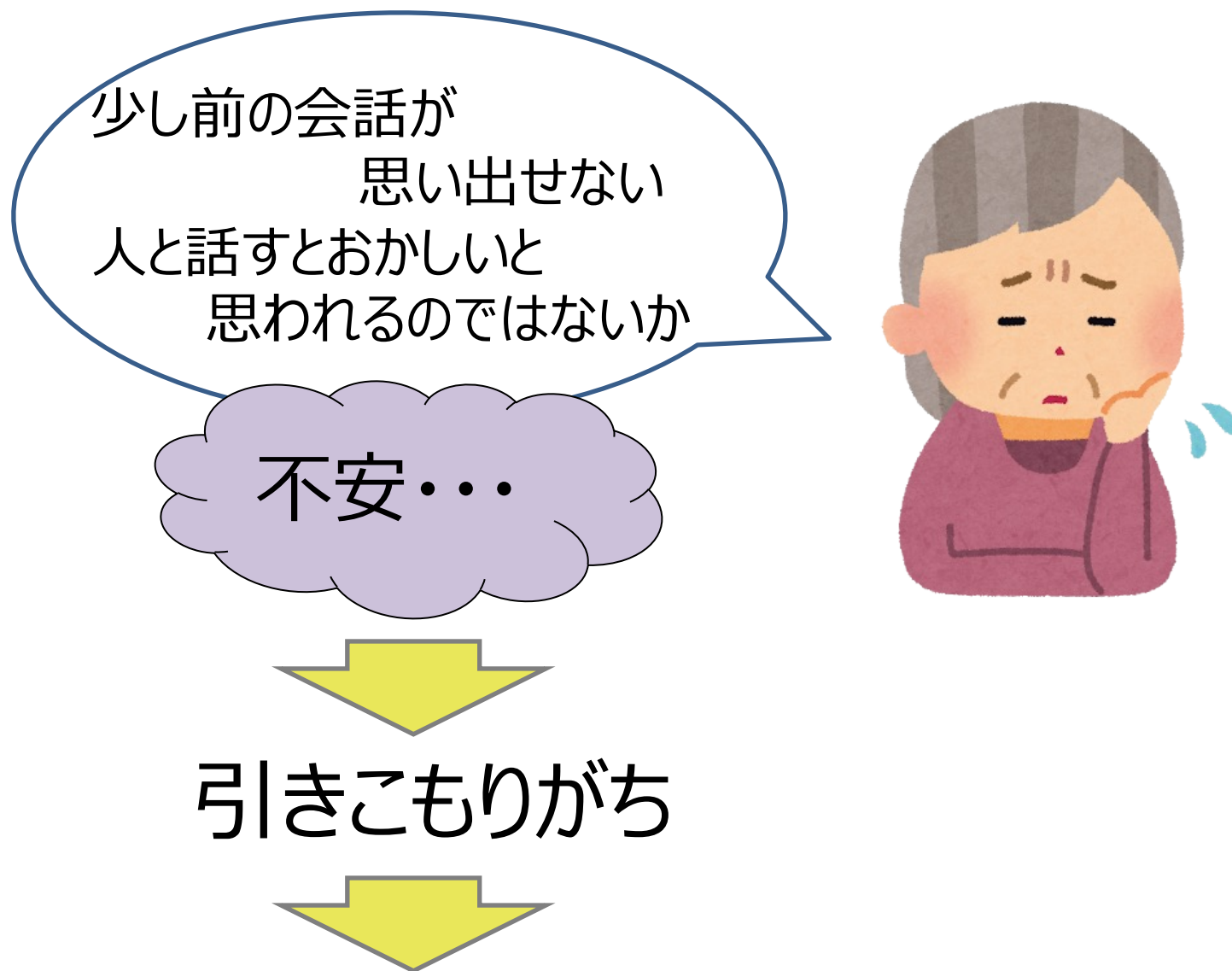
どんな機械? 呼出音になる前に相手に警告メッセージが流れ、通話内容を録音します。

対象	区内在住のおおむね65歳以上の方
効果	詐欺犯人は自分の声が録音されるのを嫌うので、警告メッセージが流れた時点で電話を切ると言われています。
利用料	無料

●世田谷区 危機管理室 地域生活安全課
03-5432-2267

“迷惑防止機能付電話機”の販売もあります!お近くの電気店・家電量販店にお問合せください。(有料です)

支援プラン② 外出の機会、人との交流を増やす



自宅近くで開催している**認知症カフェ**を紹介

Point

本人の性格や趣味に合わせたものを選ぶ



世田谷区 認知症カフェ ハンドブック

どなたでも
参加できます。

- 認知症の方も!
- そのご家族も!
- 地域の方も!
- 大人も子どもも!

専門職へ気軽に
カフェには

世田谷区
令和元年9月



ものづくりをしているカフェと一緒に参加

- 折り紙や切り絵など手作業が好き

お隣の方と自然に話せて良かった。



作業難易度
⇒型抜きを使用
雰囲気
⇒なごやかで
和気あいあい

ケアマネジャーから、
介護保険の事を教えて
もらえた。

ミニコンサートを実施しているカフェに参加

- 音楽が好き

懐かしい曲をたくさん歌って楽しかった。



認知症と診断された人がいて、不安を話すことができた。

6ヶ月間の支援による成果

- Aさんは、どちらの認知症カフェも気に入り、継続して通えるようになった。認知症カフェで、不安な気持ちが相談でき、明るくなった
- 自動通話録音機には時々セールスの電話がかかっていることが分かり、娘が事前に対応できるようになった



今回 Aさんは、「認知症かも」という段階で支援とつながり、地域の活動の場を見つけることができ、もの忘れはあるが、いきいきと生活が送れるようになった。困っていた詐欺にも対策をとることができた。

認知症初期集中支援のあり方



- 本事業の目的は**早期支援と危機回避支援**(事前的対応)により**在宅生活の継続**を目指すことにある
- 認知症の人を早期に見つけだすことより、**認知症で困っている人やその家族を早期にみつける**ことが重要
- **当事者の価値や困りごとの明確化とその問題解決**
(医療や介護につなぐことや“入院させたので解決”ではない)
- **地域の中での「場」や「ケアする力」につなぐ** (継続性)
- 「在宅生活の継続」という当たり前をあきらめない

認知症になっても、地域で自分らしく暮らせる時代になってきた

老人としての成長

貫田直義さん 73歳
2021年6月

(聞き手：褒めていいと思います。すばらしい)

長谷部泰司さん 81歳
2020年12月

いずれも必要な時に適切な支援につながったことで、不安や介護負担が軽減され、その方らしい暮らしが継続できるようになった方々

- 残念なこと世田谷の現実はそのような生き方ができず、苦勞している人が多い
- 現実をよりよく変えていくために、区として抜本的な改革が必要

区民全体が、未来志向で取り組みを進めていく道標となる「条例」を！

基本理念

- 認知症の本人が、**自分らしく生きる希望**を持つことができ、どの場所で暮らしていても**意思と権利が尊重**され、本人が自らの力を発揮しながら安心して暮らし続けることができる地域をつくります。
- 区民や区内で活動する団体・事業者等が認知症に深い関心を持ち、**自分のことと考え、参加と協働**により 認知症とともにより良く生きていくことができる地域共生社会の実現をめざします。



希望条例をつくる過程に本人が参画し、意見を発信



特集

認知症とともに 生きる人の声を聴く

認知症とともに生きるには、どのようにすればよいのでしょうか？
当事者である長谷部泰司さんが、
「老人になってから成長した」と感じるまでに至った、
気持ちの変化について話してくださいました。

自分自身の「違和感」に気づくまで
自身の症状に気づく前、大阪でひとり暮らしをしていた時は、片付けられず、家は座る場所がない状況でした。待ち合わせをしても、場所も時間もわからない、お金を失くしてしまうことも多かったです。娘から「ひとりにしておけない。」と言われ、六年前に娘のいる世田谷に引っ越しました。そのころは、娘に暴言を吐き、怒ってばかりでした。しかし、少しずつ記憶が曖昧なことが増え、「何かがおかしい。」と思うようになりました。

認知症を受け入れて、現在の生活になるまでの気持ちの変化
私は、自分が中心の非常に強い性格でしたが、今は、「人があって自分がある。」と思うようになりました。例えば食事。今は、ヘルパーが来て食事を作ってくれています。日々の流れの中で、そういう仕組みがなければ生活ができないことを受け入れられるようになって、非常に楽になりました。生活が安定するとイライラがなくなり、あまり怒らなくなりました。



長谷部さんの声をもっと聴く
インタビュー動画
こちらからどうぞ



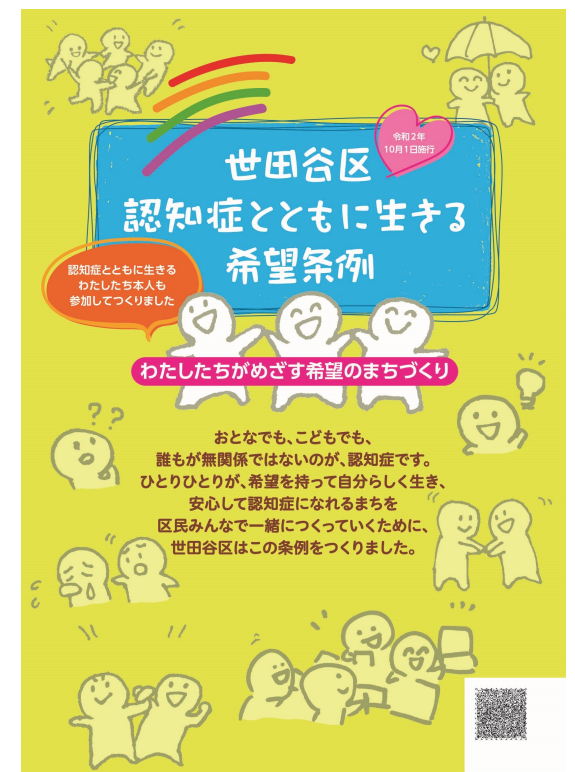
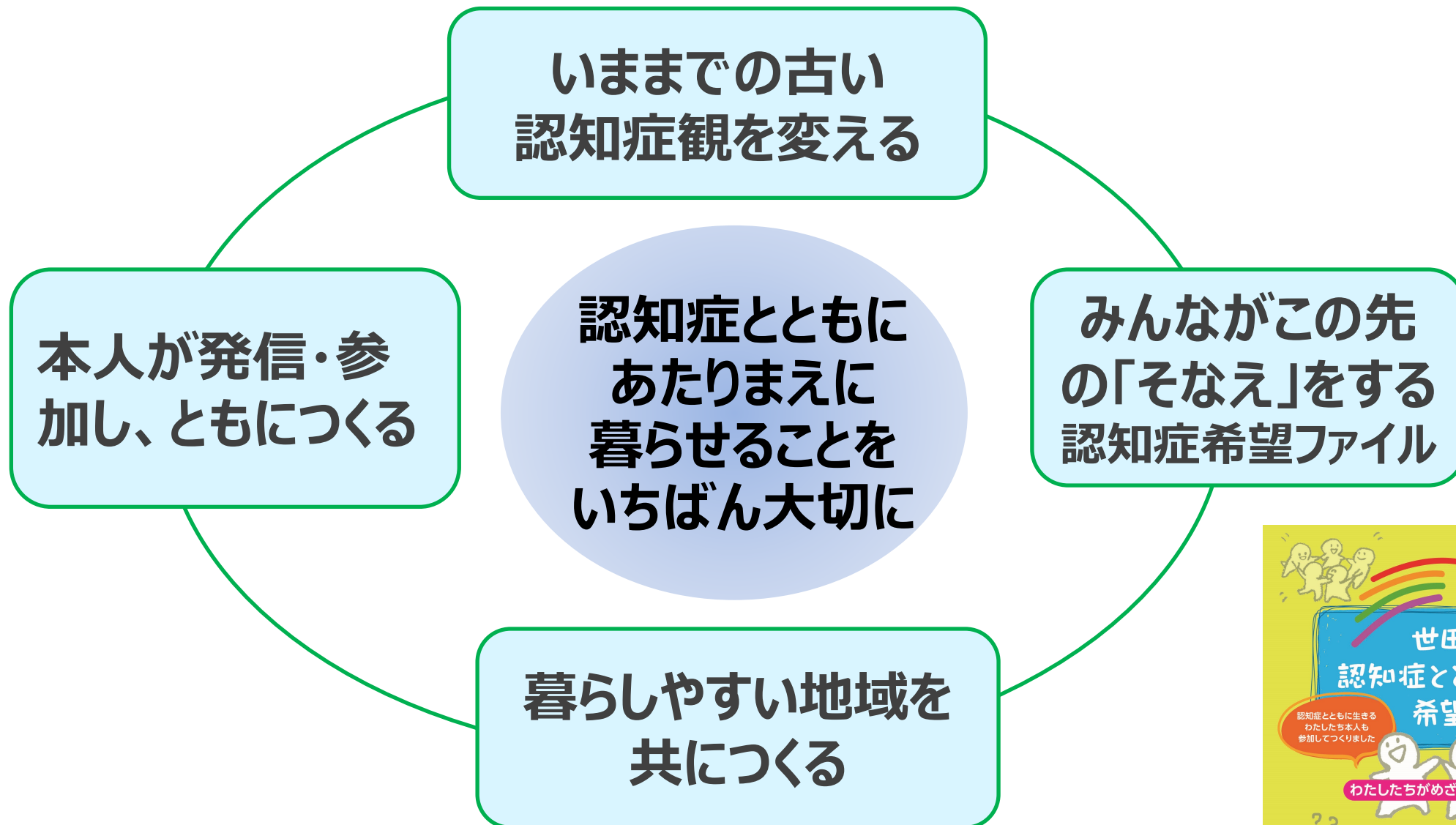
変化する自分との付き合い方
人の力を借りて、生活が安定したら、自分を褒めてやったりいいと思います。すべてをお願いするのではなく、できることは自分でした方がいいんです。私の場合、お金の管理は娘に全部お願いすることになりました。そうやって割り切り方を見つけると良いと思います。

「認知症とともに生きる希望」を見つけるための秘訣
ひとつは、「これからの生き方を考えてみる」こと。私は「老人として自律した生活」を送りたいと思っています。それは、食事を作ってもらって、デイサービスに行く、こうした仕組みの中で、使えるもの全部を使い、生活を確立することだと思います。
もうひとつは、「生きている楽しさを見つけること。私は、カラオケで今日の調子を試したり、毎日のことを手帳に書いたりしています。一言二言何かが書ける毎日が、大事だと思っています。」

認知症になってみて、家族に持った想い
出かける時に付き添ってくれる娘ですが、彼女にも家族がいて、暮らしがあります。自分たちの生活を口スしながら、今日も来てくれます。そういうことを認識して、感謝しなくてはいけないと思います。



認知症希望条例実現のための「4つの重点テーマ」



- * すべて、「あたりまえに暮らせること」を、大切にしながら。
- * バラバラに進めず、つなげながら一体的に進めていく。

認知症当事者 丹野智文さんの主張



世田谷区認知症とともに生きる希望条例施行 1 周年記念イベント
基調講演 丹野智文 2021.11.06

認知症についての考え方を変えることがなにより重要

これまで

- 認知症になったら、なにも分からなくなる
- ひとりで暮らせなくなる
- 周りに迷惑をかける
- 介護が必要なひと
- 本人は分からないから、周りが決めてあげなくちゃならない
- 地域の中で暮らせない、隠す、遠ざかる
- あきらめ、ぼんやり、絶望



これから

- 認知症になっても、できること、わかることは多い
- 身の回りに様々な認知症バリアがある
- 環境の工夫やちょっとした周りの支えで自立できる
- 自分の気持ちや思いがあり自分で決められる
- できることを活かして、地域の中で活躍、ささえあう
- あきらめず、楽しく、希望を

認知症希望条例がめざす社会とその進め方

希望条例

世田谷区
認知症と
ともに生きる
希望条例



めざしていること（ビジョン）

全区民が
自分らしく生きる希望を持って
意思と権利が大切にされ
安心して暮らし続けられる
地域共生社会

希望条例を道標に、同じ方向を目指し、
みんなのチカラを合わせて！

安心して認知症に
なれる世田谷に

5つの基本方針

- ① 本人の声を聴き、本人とともに
- ② 「4つの重点テーマ」を掲げ、区をあげて取り組む
- ③ 小さく始めて、改善しながら、大きく広げる
- ④ 多世代・多分野の人たちが参加し、つながりをともにつくる
- ⑤ 中長期的に世田谷の未来像とともに思い描きながら息長く続ける
まずは3年。仲間を増やししながら10年先を描きながら続ける

地域の中で、本人と一緒に小さな望みを叶える活動を ちょっと一緒に、やってみる！



散歩に行きたい



自分で買い物したい



美容院でさっぱり
したい



たまには居酒屋に
行きたい



音楽を楽しみたい



スポーツをしたい



働きたい



子供を慈しみたい

本人と一緒に動いてみると、生き活きた姿やその人らしさがみえてくる
考え方が自然と変わり地域共生が広がる

永田久美子先生 スライドより

世田谷区の認知症希望条例に基づく今後の取り組み



- 世田谷区がこれまで行ってきた**様々な認知症施策を1カ所に集約**して、区民にとってより使いやすく、わかりやすくする
- 認知症の**本人、家族、関わる専門職種、市民、地域社会**などそれぞれの視点で必要な支援や教育、啓蒙活動などを洗い出し、これまでの取り組みをさらに強化する
- **医療機関、介護事業所、地域包括支援センター、行政、市民団体**などをつなぎ、より良い連携体制を構築していく
- 認知症の方にとっても**暮らしやすい街づくりや活躍の場の創出を促進**する、認知症**本人や家族とともに考える機会**を増やす

認知症になっても**希望**が持てる社会の実現を目指す