

# 認知症の人と共に取り組む地域活動



鳥取市 福祉部 長寿社会課

認知症地域支援推進員 金谷佳寿子

# 鳥取市の現状

面積 76,531km<sup>2</sup>

人口 186,019人

内65歳以上人口 554,765人

高齢化率 29.4%

若年認知症（40～64歳）87人

日常生活圏域数 18圏域

地域包括支援センター数 7か所

認知症地域支援推進員数 6名

（令和2年9月末現在）

# 鳥取県認知症本人ミーティング

平成29年3月

県内の認知症講演会の前に「本人ミーティング」が開催

→「鳥取でも継続してやりたい！」という本人の声から、有志で検討会開催

平成29年4月 第1回認知症本人ミーティング開催

偶数月はミーティング

奇数月は振り返りと次回の打ち合わせ

平成30年4月 鳥取県の事業として位置づけ



# 本人ミーティングでの本人のことは

「認知症本人と早くに出会い、話がしたかった。」

「これから認知症になる人に、早い段階で良い情報を伝えたい。」

「本人にしか分からないこともある。」

「本人が希望を持てるような仕組みを作りたい」



気づき

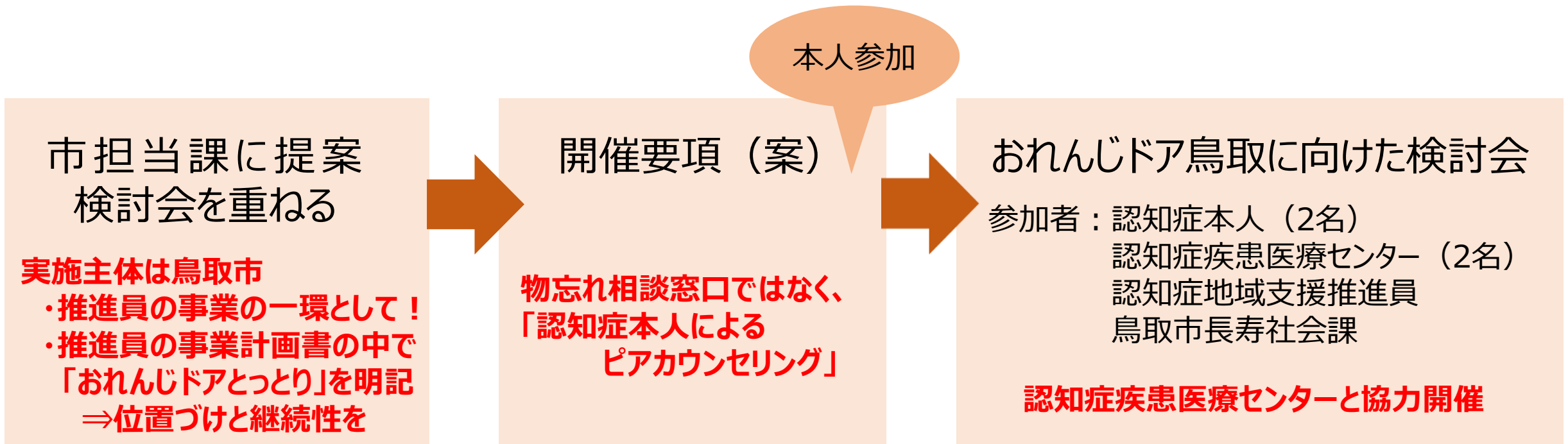
本人同士の出会いは、希望につながる意味のあるもの。  
本人と一緒に作ることが出来ないか？

# 「おれんじドア」開催の経緯

藤田さん：出来るだけ早い段階で本人同士が  
出会える事が大事。

私（推進員）：本人と一緒に何かできないかな。

一緒にやってみたい！！



# おれんじドアとっとり

対象者：認知症と診断を受けた本人や、「認知症かな」と気になっている人など

内容：認知症当事者によるピアカウンセリング 事前予約制

目的：●早い段階で仲間に出会い、本人にとって良い情報を知ることができる

●認知症と共に、新たな暮らしをスタート出来る入り口となる

●認知症地域支援推進員設置事業を活かして実施

認知症疾患医療センターと協働で行い、

本人にとって、必要なつながりをサポートする

スタッフ：本人相談員、認知症地域支援推進員

認知症疾患医療センター、鳥取市長寿社会課

場所：認知症疾患医療センターがベース基地

⇒必要に応じて出前で



**おれんじドアとっとり**  
～認知症の当事者によるピアカウンセリング～

おれんじドアとは、認知症の当事者同士の出会いを大切にし、本人にとって良い情報を伝えあい、認知症と共に新たな暮らしをスタートできる入り口となる場所です。認知症になってからも、諦めることなく自分らしい暮らしを実現していけるように、早い段階で仲間と出会い、共に歩んでいきましょう。

●日時 毎月第4木曜日  
13:30～15:30

●場所 渡辺病院3階ソーシャルクラブ室  
(鳥取市東町三丁目307)

※個別でゆっくりとお話ができるように、予約制としています。  
料用に費用はかかりません。

問い合わせ先  
鳥取市認知症地域支援推進員  
(鳥取市吉方緑地1丁目252番地1 COMMON吉方緑地内)  
☎0857-30-7881

# 「本人相談員」

- 本人だからこそ出来る仕事 「ピアカウンセリング」

報償費：1回当たり 5,000円

(1回の相談は1～2事例程度)

\* 一人ひとりと、ゆったり、楽しく、ていねいに

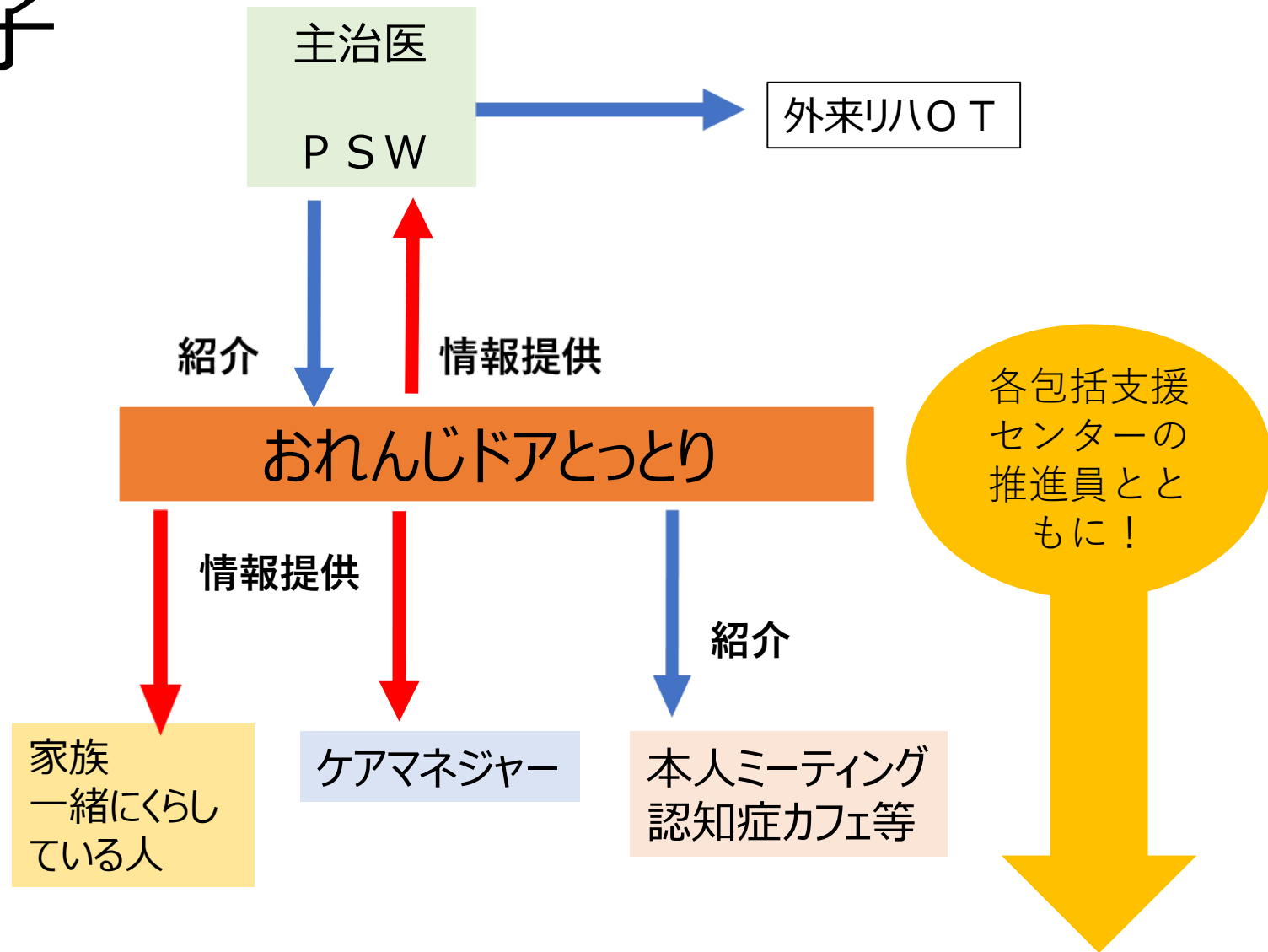
- 任期 1年間 (更新あり)

認知症地域支援推進員が依頼

**名刺も一緒に作成！！**



# おれんじドアの様子





# 工夫 運営についての検討も本人と

「もっと沢山のの人に、本人ミーティングやおれんじドアを知ってもらいたい」



- ・認知症専門医療機関に出向く
- ・医師会、精神保健福祉士会、  
介護支援専門員連絡会等での事業説明を行う
  
- ・市報への掲載、ラジオ出演  
(専門職だけでなく、市民に知ってもらう)

本人と一緒に

本人の声で

# 起きている変化や気づき

本人：藤田さん

- ・ 出会って語り合っていく中で、 . . .  
本人たちが、やわらいで元気になっていく。  
前向きに立ち直り生き生きと変わっていく！ **自分も元気が湧いてくる！**
- ・ 自分の住んでる町、鳥取市での活動の幅が広がってきた。
- ・ 鳥取市内で、同じような考え方の仲間も増えた！
- ・ 一方で、根強く残っている偏見、マイナスのイメージを抱えて、認知症に向き合えない人が多いことも分かった。



- ・ さらなる工夫を皆と一緒に考えていく必要性を感じた。



# 周囲の変化 アクション

共感する本人、何度も一緒に行動する中で前向きになった松本さん  
前向きに希望を持って暮らす藤田さんを見て、一緒に行動する中で  
動き出そうとしている松本さんの存在

松本さんのやりたいことも後押してみよう！  
認知症カフェで、出前型のピアカウンセリング



藤田さんもやる気アップ！！

**希望のリレー**



# 希望のバトンを受け取り、次へ・・・

- ・工夫して家事を継続
- ・新しい目標、役割の発見
- ・新たな挑戦



# 行政、専門職の考え方も変化

「認知症にならない為に何が大切か」を一生懸命啓発することより、

「認知症になっても自分の大切にしたい暮らしを継続できる」

ということを、本人とともに実践していくことが大切であると気づく。

→ 本人の社会参加活動を後押し

# これから・・・

「おれんじドアとっとり」「本人ミーティング」が社会参加のゴールではなく、

「おれんじドアとっとり」「本人ミーティング」というきっかけがあったことで、現在の暮らしが継続でき、これからの暮らしに広がりが出る可能性が見えた。

鳥取の全ての本人が社会参加出来ているわけではない。一人ひとりの本人と、大切にしたい暮らしを考え続けて行きたい。



# まとめ



- 今関わっている本人との関係性を大切に。  
関係性が良いと、この人と一緒にやってみようという希望のことばが出てくる。  
その希望のことばを見逃さずに、キャッチすることが重要。
- 日頃から本人と沢山話をして、その会話の中から、前向きに考えられるように語り続け、夢や理想を引っ張り出す。そして、実現できるように、寄り添って、情報提供して、必要なものにつなげていく。
- 夢がかなったら、終わりじゃない。継続できるように、工夫し続ける。  
もっと良くなるように、一緒に検討し続ける → 他の人の希望につながる

一人でも多くの本人・市民が、希望をもってともに暮らしていけるように



ご清聴ありがとうございました