広げよう、認知症支援の輪

高齢者の増加とともに、その数が増えているのが認知症です。認知症になったとしても、認知症の方やその家族が安心して暮らせるよう、さまざまな支援が行われています。今回は市内で行われているこれらの支援について、皆さんにお知らせします。

▲鈴鹿市認知症連絡会の皆さん

認知症の人の数が増えており、本市の65歳以上の約10人に一人が認知症の判定を受けています。認知症は、脳の病気や障がいなどのさまざまな原因により、認知機能が低下して、日常生活全般に支障が出てくる状態を言います。また、高齢者に限らず、若い方でも発症することがあり、「若年性認知症」と呼びます。

認知症になると、記憶障がいや理解・判断力の障がいなどにより、生活する上でさまざまな支障が出てきます。今まで何気なくできたことができなくなったり、時間がかかったりすると、不安で、もどかしい気持ちになります。家族もどうしたらよいのか分からず、孤独感を感じ悩むことがあります。「認知症を受け入れよう」と思っていても直面すると戸惑ったり、「地域の人や周囲からの理解や支えを得よう」と思っていても、知られたくなかったりするなど、家族などにはさまざま葛藤があります。

認知症になっても、住み慣れた地域で穏やかに自分らしく暮らしていくためには、周囲の人たちが認知症についての正しい知識を持ち、見守る目と心が必要です。一人でも多くの方がよき理解者となることが、安心して暮らし続けられるまちづくりにつながります。

本市では、認知症の人と家族が地域とともに生きることができるよう、地域に応援者を増やす取り組みを推進しています。

地域で支える
～認知症になっても安心して暮らし続けられるまちへ～

認知症の正しい理解を広める活動のほか、認知症になっても住みやすい地域をつくるため、地域の方や関係機関と一緒に考え、仕組みづくりなどを行っているのが「認知症地域支援推進員」です。認知症地域支援推進員の佐伯由佳子（さえきゆかこ）さんと岩﨑裕美（いわさきひろみ）さんに認知症の地域支援について、お話を伺いました。

自分が認知症になったら…

認知症の方やその家族が自分らしく暮らしていくには、地域の支えがとても重要です。しかし、認知症の正しい知識がないと「あんな風になりたくない」などの偏見が生まれ、当事者の皆さんも認知症であることを打ち明けにくくなり、隠してしまうことにつながります。

認知症は誰もがなり得ます。もし、自分が認知症になったら、どう声を掛けてほしいかやどう対応してほしいかなど、「自分事」として考えてみてください。

認知症について知ってもらう

認知症にはいくつか種類があり、症状もさまざまで、マイナスイメージに捉えられやすいです。

そこで、認知症のことを正しく広く知ってもらうため、「認知症サポーター養成講座」を行っています。認知症についての正しい知識や本人・家族の気持ちを知り、「みんなで支えていけば大丈夫」と思ってもらえる、そんな認知症サポーターの輪を広げています。

認知症地域支援推進員
佐伯　由佳子さん

これから

私たちは「認知症の方が安心して暮らせるまち」を目指しています。例えば、認知症の方が散歩をしていて道が分からなくなったとしても、地域の皆さんで見守り、声を掛けることで、認知症の方が無事に家に帰ることができます。そんなまちが理想ですね。そうなれば、家族の方も抱え込まず、安心して周りの方を頼ることができます。

また、認知症の方が生き生きできる場を作りたいです。「忘れても大丈夫だよ」「できることをやってみよう」と声掛けのある、認知症の方が安心して過ごせて、得意なことを生かせる場所があればいいなと思います。

認知症地域支援推進員
岩﨑 裕美さん

できることを生かして

周囲の方は認知症の方が失敗しないように全て手伝ってしまうことが多いです。しかし、大切なのは、本人のできることは奪わず、時間がかかっても本人自身でしてもらうこと。そのため、その方に合った、必要な部分だけの支援を心掛けてほしいですね。個別に相談も受け付けていますので、気軽にご連絡ください。

令和3年度から鈴鹿市認知症連絡会を設置しました

認知症地域支援推進員を中心に、認知症疾患医療センター、保健福祉関係者、地域の代表など、市内の認知症に関する取り組みを推進している関係機関や団体で「鈴鹿市認知症連絡会」を設置しました。

認知症に関するさまざまな関係者が情報を共有し、連携して方向性を同じくすることで、認知症の方とその家族を総合的に支援して、地域の困りごとの解決に向けた取り組みを推進します。

▲連絡会の様子

認知症について理解し、あなたも認知症サポーターに！

認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を見守るのが「認知症サポーター」。本市では、認知症地域支援推進員などによる「認知症サポーター養成講座」を行っています。これまでに、地域の民生委員や小・中学校、高校、病院、大学、企業など、さまざまな方が受講し、認知症サポーターの輪が広がっています。

■認知症サポーター養成講座って？■

認知症の症状や行動などを理解し、認知症の方への関わり方を学ぶ講座です。本市では、1万9,776人が受講し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者になっています（令和3年3月末時点）。

新型コロナウイルス感染症の影響で、対面式の講座開催が困難となる中、昨年度からは、オンラインでの認知症サポーター養成講座も開講しています。

▲オンライン講座の様子

鈴鹿医療科学大学では、毎年、1年生全員を対象に認知症サポーター養成講座を実施しています。

■認知症サポーターの証をお渡しします■

講座受講者には、認知症サポーターの証になる「認知症サポーターカード」と「オレンジリング」をお渡ししています。

●認知症サポーターカード

【一般用】

【キッズ用】

●オレンジリング

※認知症サポーターカードは令和3年度から交付しています。

■受講するには？■

「受講したい」「地域で開催してほしい」「会社で開催してみようかな」という方は、下記へお問い合わせください。

担当　中部認知症地域支援推進員（☎367-7770）
事務局　長寿社会課（☎382-9886 FAX382-7607）

認知症サポーターの一人で、民生委員・児童委員として活動される岸俊子（きししゅんこ）さんにお話を伺いました

認知症について正しい知識を身に付けることは、民生委員として声掛けをする際にも生かせます。認知症になっても安心して過ごせる地域にするには、理解者を一人でも多く増やすことが大切です。「認知症」であることを隠さず、言い合え、気にし合える地域にしていきたいですね。

鈴鹿市民生委員児童委員協議会連合会
会長　岸　俊子さん

認知症キャラバン・メイトも活動しています！

鈴鹿市認知症キャラバン・メイト連絡協議会
会長　中島（なかじま）　誠（まこと）さん

認知症キャラバン・メイトとは、キャラバン・メイト養成研修を修了した「認知症サポーター養成講座の講師」のことです。

鈴鹿市で認知症の理解がさらに広まるよう、キャラバン・メイトによる認知症サポーター養成講座を推進していきます。

いざというときのために

地域で行われている活動を紹介します

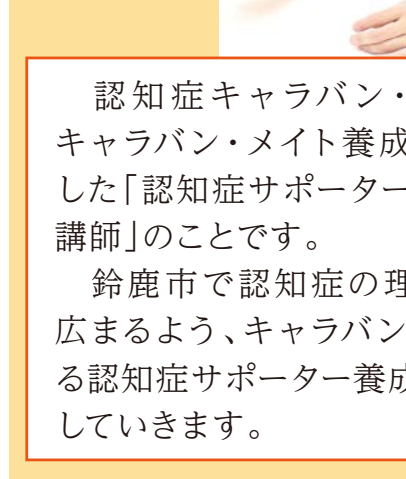
認知症の方を含む皆さんが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるには、地域の支え合いが必要です。市では、地域へ「生活支援コーディネーター」を配置し、身近な困りごとを地域で支える仕組み「地域のささえあい活動（住民参加型在宅福祉サービス）」などの活動を支援しています。

その活動の一環として、夢ある稲生まちづくり協議会では「行方不明者捜索ネットワーク」を構築しました。この取り組みについて、協議会顧問の岩波正夫（いわなみまさお）さん、生活支援コーディネーターの加藤大季（かとうだいき）さんと村山真優（むらやまま ゆ）さんにお話を伺いました。

●きっかけは

近くの地域で行方不明者が出て、数日後に亡くなられてしまったことがありました。もし、自分の地域で行方不明者が出たら、すぐに捜索できる体制がとれるだろうかと考えてみたところ、指揮系統が明確でなく、捜索が難航することが予想できました。そのため、地域と関連機関が一体となってスピーディーに捜索ができるような体制を作ろうと思ったのがきっかけです。そこで、地域の理解を得て、令和3年2月に「行方不明者捜索ネットワーク」を発足しました。

いざというときに頼れるまちに



夢ある稲生まちづくり協議会
顧問　岩波 正夫さん

●行方不明者捜索ネットワーク

行方不明者が出た場合には、自治会長を通じて連絡をもらい、地区市民センターに「捜索本部」を開設。消防団や各自治会などの捜索活動協力関係団体に「eメッセージ回覧板」というメール配信システムを利用して、行方不明者の詳しい情報（写真付き）を提供し、捜索してもらいます。各団体と捜索本部とで連携して、情報を共有し、地域を漏れなく捜索します。

訓練の様子

●ネットワークができるまで

稲生地区オリジナルの「行方不明者捜索ネットワーク」を構築するには分からないこともありました。そんなときは生活支援コーディネーターの方に相談して、連携を図ってもらったり、情報を提供してもらったりしたことで実現できたと思います。

●生活支援コーディネーターって？

お手伝いします

地域の支え合い活動「住民参加型在宅福祉サービス」の推進やその仕組みづくりのお手伝いをしています。具体的には、各関係機関とつないだり、情報を提供したりなどです。

生活支援コーディネーター
加藤 大季さん

●稲生の「行方不明者捜索ネットワーク」

稲生地区では地域の方から「行方不明者が増えてきている。地域では何ができるだろうか」と相談を受け、行方不明者の方を助ける仕組みづくりをお手伝いしました。いろんな事例を集めたり、関係機関に働き掛けたり、その地域でより活動しやすいサポートを心掛けました。

●地域に合ったサポートを

各地域でも「行方不明者捜索ネットワーク」の必要性について、声があがっており、この活動が他の地域でも広がるよう、お手伝いしていきたいと思います。各地域の会議に参加し、市民の皆さんの声を聞いて、地域に合った形で取り組めるよう、アドバイスや最新情報の提供などを行い、より良い活動にしていきたいです。

気軽にお声掛けください

●ご相談ください

地域で困っていることやささいなこと、どこに相談すべきか分からないことなど、気軽にご相談ください。皆さんの地域をより暮らしやすくするために一緒に考えましょう。

生活支援コーディネーター
村山 真優さん

市内で行われている支援活動をご活用ください

認知症との関り方などで悩んだときは、気軽に話ができる「おれんじルーム」や「認知症カフェ」、負担が軽減できるボランティアによるサービスの利用を検討してみてください。

居場所づくり　おれんじルーム

認知症の方やその家族などが参加し、「話をする」「話を聞いてもらう」「認知症について知る」ことができるカフェスタイルの交流場所です。

医師や地域支援推進員にも相談できます。偶数月に開催予定で、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、申込制です。まずは、お問い合わせください。

ところ　社会福祉センター2階 大会議室

問合せ　中部認知症 初期集中支援チーム（☎367-7770）

ボランティア　認知症支援福祉有償サービス「オレンジサポートかりん」

気軽にご活用ください。

ボランティアで構成される「オレンジサポートかりん」。認知症の方やその家族の負担を軽減するため、日常生活でのちょっとした困りごとをオレンジサポートかりんの「協力会員」がサポートします（利用料がかかります）。

サービスの利用を希望される方は、「利用会員」の登録が必要です。

オレンジサポートかりん
会長 藤井（ふじい） 末邦（すえくに）さん

問合せ　社会福祉協議会 地域福祉課（☎382-5971）

交流の場　認知症カフェ

地域における交流の場として、市内16カ所に設置されています。

問合せ　長寿社会課（☎382-9886）

不安を感じたら、ご相談ください

認知症地域支援推進員は、認知症初期集中支援チームを兼務しており、認知症の早期診断・早期対応に向け、ご家庭への訪問や医療・福祉サービスの提案など、本人やその家族に寄り添った活動をしています。認知症になっても、本人の意思が尊重され、住み慣れたまちで暮らし続けられるようにサポートしています。不安なことがあれば、下記の担当認知症初期集中支援チームにご相談ください。

認知症初期集中支援チーム

地域・電話	担当の地域づくり協議会		
鈴鹿西部 ☎370-3500	加佐登地区まちづくり協議会 椿地区まちづくり協議会 庄内地区地域づくり協議会 牧田地区地域づくり協議会	石薬師地区明るいまちづくり協議会 深伊沢地域づくり協議会 国府地区まちづくり協議会 マイタウン井田川まちづくり委員会	久間田地域づくり協議会 鈴峰地区地域づくり協議会 庄野地区まちづくり協議会
鈴鹿北部 ☎382-0331	河曲地区地域づくり協議会 長太地区まちづくり協議会 玉桜まちづくり協議会	一ノ宮地域づくり協議会 和の街箕田地域づくり協議会	神戸まちづくり協議会 若松地域づくり協議会
鈴鹿南部 ☎373-5774	夢ある稲生まちづくり協議会 鼓ヶ浦地区まちづくり協議会 栄地区地域づくり協議会 合川地区地域づくり協議会	飯野地区地域づくり協議会 愛宕地域づくり協議会 郡山まちづくり協議会	白子地域づくり協議会 旭が丘地区まちづくり協議会 天名まちづくり協議会

※市全域の認知症施策推進業務を担う鈴鹿中部（☎367-7770）でも相談を受け付けています。

市の取り組みを紹介します

地域における見守り活動等協力に関する協定 SUZUKAまるごとアイネット

市民が安心して暮らせる地域社会を目指した協定で、事業者の皆さんと本市が連携し、地域の見守り協力体制を構築しています。

事業者の皆さんには、市内や市民の「何らかの異変」に気付いたときに情報を提供していただきます。

協定締結事業者を紹介します！

協定締結事業者の一つ「三重執鬼㈱」。業務で市内を循環する際に、見守り活動を行っていただいています。

鈴鹿市の皆さんのお役に立てればと思って、地域の見守りをしています。

私たちがよく通る道で、異常がないか、気を付けています。皆さんの安全につなげたいです。

▲このステッカーが目印

オレンジバトン

9月の世界アルツハイマー月間に合わせて本市でもさまざまな啓発イベントを企画しており、その一つが「オレンジバトン」です。「認知症になっても大丈夫」「笑顔の輪を広げたい」など、皆さんの温かいメッセージを動画でつないでいます。

オレンジバトン動画は、9月1日㈬から鈴鹿市公式YouTubeや鈴鹿市社会福祉協議会ホームページなどで配信します。ぜひご覧ください。

オレンジバトンに参加したい方は、中部認知症地域支援推進員（☎367-7770）へお問い合わせください。

メッセージのバトンをつなぎましょう！

▲オレンジバトンに参加した長太の寄合所「くじら」（地域密着型通所介護）の皆さん

認知症は誰もがなり得るものであって、家族や身近な方が認知症になることを含め、多くの人にとって身近なものとなっています。

国では、認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の方や家族の視点を重視しながら、「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進しています。

本市でも、それに沿って、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように、認知症の理解を深め、認知症の方への支援を地域に広げるため、あらゆる機会を活用して認知症に関する知識の普及啓発を推進しています。認知症の方やその家族の尊厳を保ち、地域の中でいきいきと暮らし続けられるよう「認知症支援の輪」を広げていきますので、これからも皆さんのご協力をお願いします。

長寿社会課長
谷本（たにもと） 吉隆（よしたか）

9月は「世界アルツハイマー月間」です。

本市でも、「認知症になっても安心して暮らせるまち」を目指して、啓発活動を行います。詳しくは、広報すずか9月5日号情報館でお知らせします。

今回の特集に関するご意見・ご感想は
長寿社会課地域包括ケアシステム推進室へ
☎382-9886 FAX 382-7607
chojushakai@city.suzuka.lg.jp