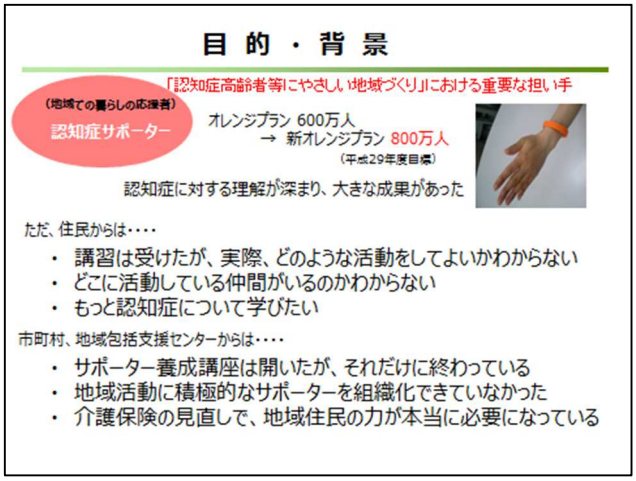
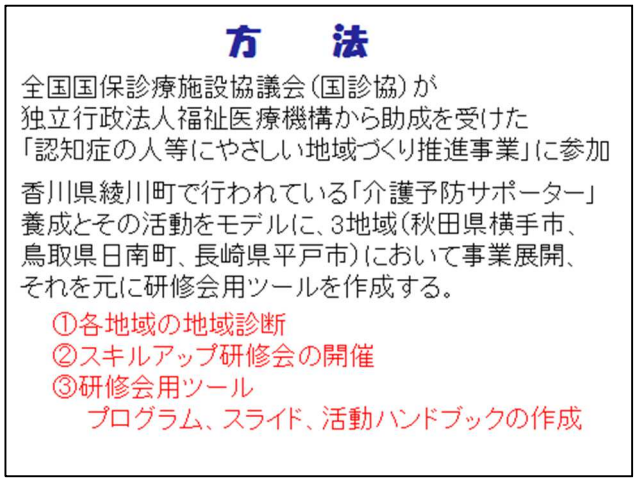
演題 92	綾川町における介護予防サポーター活動と認知症対策
	発　表　者　大原 昌樹（香川県　綾川町国民健康保険陶病院） 共同研究者　川上 和徳、増田 玲子、篠岡 有雅



認知症サポーターは、認知症の正しい知識を習得して認知症の方やその家族を応援し、誰もが暮らしやすい「認知症高齢者等にやさしい地域づくり」における重要な担い手である。平成 27 年度までに全国で約 738 万人が養成され、認知症の理解に大きな成果を挙げてきました。

ただ、住民からは、講習は受けたが、実際、どのような活動をしてよいかわからない、どこに活動している仲間がいるのかわからない、もっと認知症について学びたい、などの声がありました。また、自治体、地域包括支援センターからは、養成講座は開いたが、それだけに終わっている、地域活動に積極的なサポーターを組織化できていなかったという反省と介護保険の見直しで、地域住民の力が本当に必要になっているという状況が生じていました。



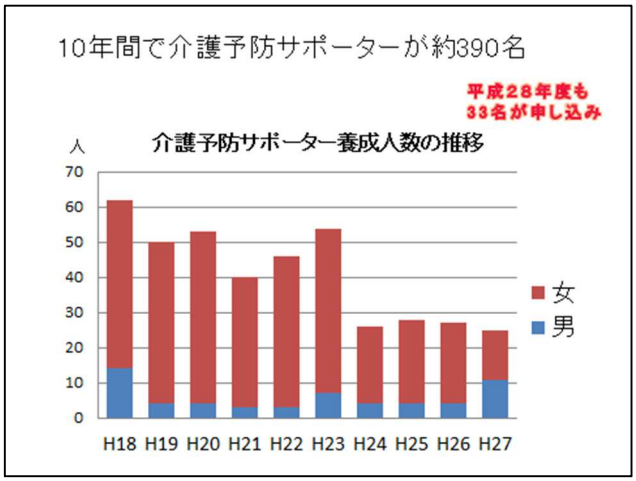
全国国民健康保険診療施設協議会（国診協）が独立行政法人福祉医療機構から助成を受けた「認知症の人等にやさしい地域づくり推進事業」において、綾川町で行われている「介護予防サポーター（以下、サポーター）」養成とその活動をモデルに、3 地域（秋田県横手市、鳥取県日南町、長崎県平戸市）において事業を展開しました。

具体的には、各地域の地域診断とともに、綾川町において 3 地域の代表者と共に研修会を開催しました。それを元に、3 地域でスキルアップ研修会を開催しました。その研修会を通して、プログラム、スライド、活動ハンドブックなどの研修会用ツールを作成する取り組みなどを行いました。

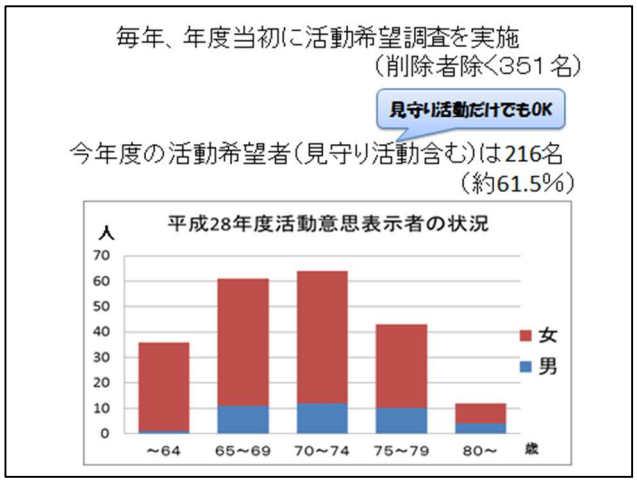
綾川町の介護予防サポーターの状況を説明します。なお、綾川町の介護予防サポーターは、認知症サポーターを含むものと考えていただければと思います。

まず、サポーター養成ですが、平成 18 年に地域包括支援センターができた際にどのような活動をすればよい地域になるか話しあったことから始まりました。「まなびあい講座」という名前で 18 年度から開始、企画には、陶病院も加わりました。月 1 回、2 時間程度の研修会を 8 回開きます。施設見学や介護実習も含まれています。私はいつも第 1 回目を担当、また、フォローアップ研修も時々担当しています。

この 8 回の研修会に参加するうちにだいたい皆さん顔なじみになるのですが、最終回は、グループワークを行い、「この街がどのようになればよいか」というテーマで話し合います。最後に町長から、地域に貢献してもらいたいということで委嘱状をお渡ししています。



10 年間で介護予防サポーターは 390 名です。女性が多いですが、男性もいます。



年齢別では、65 歳以上が多いですが、それ未満の若い人もいます。

毎年、活動の意思を確認していますが、60%強の方が活動を希望されています。

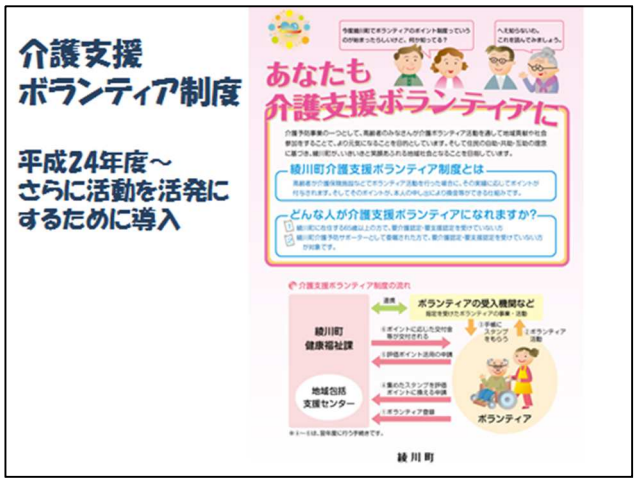
活動状況ですが、いくつかの班に分かれて活動しています。全体の活動状況の把握や方針を決める運営委員会を各班の代表者と地域の代表者が集まって開催しています。

各班の活動ですが、転倒予防班は毎月 1 回勉強会

を開催し、筋力アップの必要性や体操の方法などを体験しながら学習しています。

いっぷく広場班は、閉じこもりや孤立の予防として気軽に誰でも集まれる場として平成 20 年にスタートしました。高齢者の集いの場になっています。

お話しボランティア班は、高齢者を訪ねてお話しを聞くのですが、施設だけではなく、認知症の方の自宅を訪問してお話しを聞くことも行っています。また、2 月毎に「ききじょうず勉強会」という研修を行っています。



この活動は、さらに幅を拡げて「介護支援ボランティア制度」となっています。これは、ボランティアを登録、活動 1 時間毎に 1 スタンプを押す「ささえあい手帳」が発行され、スタンプ数に応じて現金が還元される仕組みになっています。

これらの活動を、綾川町で実際のサポーターや地域包括支援センター職員と意見交換した後、各地で認知症サポーターを集めてスキルアップ研修を開催しました。これは各地での研修会の様子です。

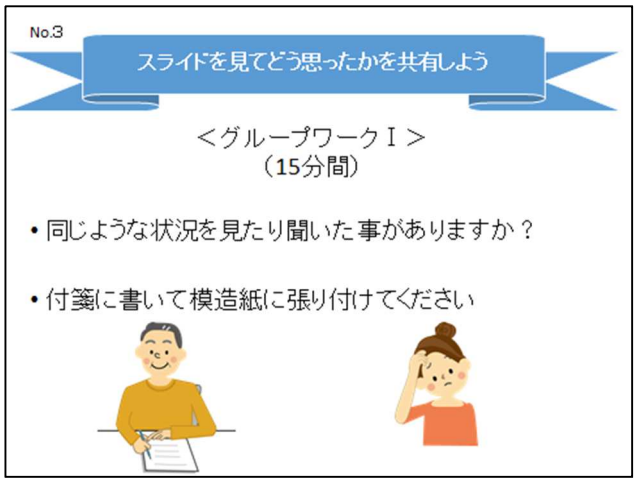
スキルアップ研修(初回)モデルプログラム

1. 導入(15分)	趣旨説明・自己紹介
2. インプット(10分)	現状と将来、地域診断 地域で見られる偏見(漫画で紹介)
3. グループ(15分)	漫画を見て話し合う 認知症のイメージについて話し合う
4. 役割期待の提示(5分)	サポーター養成意義説明
5. 解決策発散(35分)	認知症になっても安心して暮らすためには何が必要か
6. 成功ビジョンの共有(5分)	明るい未来体験、綾川町ビデオ
7. 意思決定(15分)	明日からやれそうなこと
8. 振返り(15分)	グループ発表、目標共有
9. クロージング(5分)	次回の予定を確認

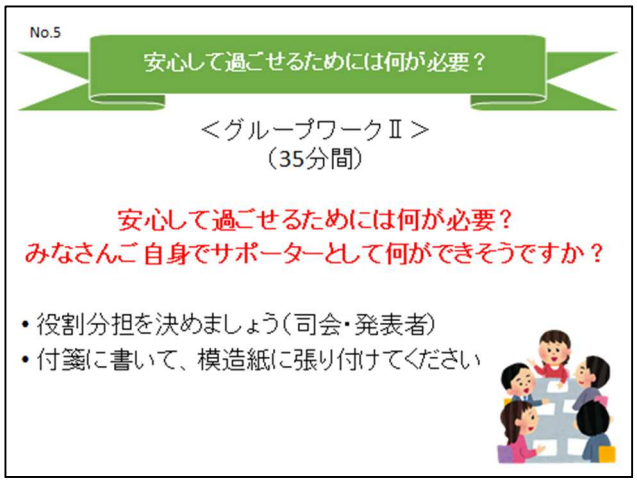
スキルアップ研修を開催する中で初回プログラムのモデルプログラムを作成しました。導入から地域でよくみられる認知症の関する漫画をみてそれを元にグループでの話し合い、そして、「認知症になっても安心して暮らすためには何が必要か」を考えます。そして、綾川町のサポーター活動のビデオを見て、最後に「明日からやれそうなこと」を考えてもらい、それを発表します。盛り上がったところで、最後に次回の予定を確認して終わるということになっています。

これは、漫画ですが、徘徊がテーマです。実際は数枚あり、ストーリーになっています。

これは、祭りの集金をしたのに忘れてしまうおばあさんとそれに怒るおじいさんの漫画です。



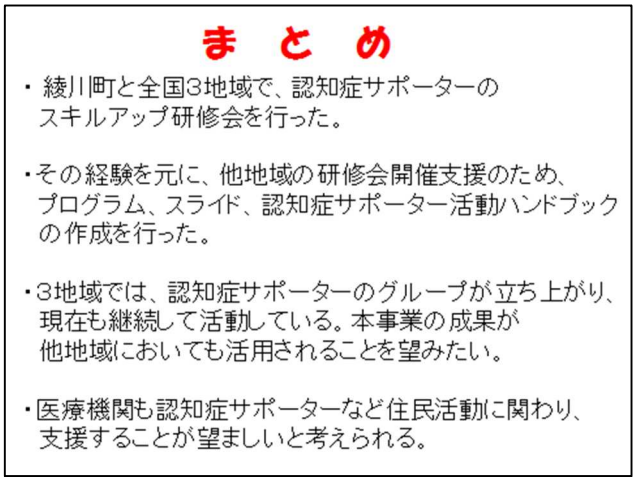
グループワークⅠのスライドです



グループワークⅡのスライドです。役割分担を決めて、付箋に書いて模造紙に張り付け、それを元に議論します

これは、作成した活動ハンドブックです。活動記録が主ですが、認知症の豆知識や関係機関リストを記載できるようになっています。

活動報告書、活動ハンドブック、スキルアップ研修モデルプログラム、スライドは、国診協ホームページからダウンロード可能です。国診協－主要研究事業－2016 年 3 月 31 日－認知症の人等にやさしい地域づくり推進事業、にあります。



綾川町と全国 3 地域で、認知症サポーターのスキルアップ研修会を行いました。その経験を元に、他地域の研修会開催支援のため、プログラム、スライド、認知症サポーター活動ハンドブックの作成を行いました。3 地域では、認知症サポーターのグループが立ち上がり、現在も継続して活動しています。本事業の成果が他地域においても活用されればと考えています。

地域包括ケアの構築には、住民との協働が重要であり、医療機関も住民活動を支援することが望ましいと考えました。