

## 認知症になっても安心して住み続けられるまち ～孤立のないまちづくり～



2025年には、超高齢社会になると言われています。今年度の交流会では、地域の役割が大きくなっている事を踏まえ、認知症の方や障がいの有無に関わらず、誰もが安心して暮らし続けられるまちづくりを参加者の皆さんと一緒に考え、知恵を出し合う事を目的に第12回目となる交流会を開催しました。



**日時：**2017年1月21日（土）  
10時30分～15時  
**会場：**東京都生協連会館 3階会議室  
**基調講演：**竹内 弘道さん  
目黒区Dカフェネット代表理事  
**報告：**配送現場から  
地域の現場から  
**参加者人数：**68名（講師、事務局含め）  
（12生協、1町会）

### ☆タイムスケジュール☆

10時30分：開会 諸注意等  
開会挨拶：秋山 純（東京都生協連 事務局長）  
10時38分：講演「認知症とともに暮らす地域づくり」  
12時：午前の部終了 昼食  
12時40分：現場からの報告  
13時30分：ワークショップ  
① 講師のお話を聞いて  
② 現場のお話を聞いて  
14時30分：グループからの感想、  
14時50分：アンケート記入  
閉会挨拶  
15時：閉会



午前進行：コープみらい  
佐藤理事

**基調講演**  
竹内弘道さん



開口一番、「今日はマイクは使いません。何故なら認知症の人にとってマイクを通した声は、聞きとりやすく理解しにくいのです」と話され、参加者全員が頷きました。今日のお話は①認知症について②付き合い方③地域ではの3点に分けて頂きました。竹内さん自身、お母様の介護を体験した事の中で、行政にお願いする事、自分でやらなくてはいけない事、介護について学ぶ事の大切さを話して頂きました。

大正生まれのお母様は、大腿骨頸部骨折を機に介護保険制度を利用する事になったが、自分の生活、母の暮らしを維持して行くためには制度が足りない事がわかり、勉強しました。家で看取る事はある程度の知識が必要で、医療生協、訪問看護師の専門職がいて成り立ちました。

“認知症は恐くない！”言葉にならない人の言葉を理解する気持ちを持つ。実際に認知症の人に会っても気づかない事が多く、世の中がいつもそうあればいいと思う。今は障がいの有無、高齢者とケアが分かれているが、分け隔てないケアになるのが理想。在宅で元気な時は普通に観ていけ

るが、健康が保てず、症状が悪化した場合は専門職に診てもらおう等、対応も必要と話して頂きました。治療よりケアが大切など、認知症という病の特徴、キーワードを教えてくださいました。認知症は約70症状の総称で、死ぬ病ではない。日本人には、アルツハイマー型が多く、最初に気づくのは本人で「私はどうしたんだろう？」と不安な気持ちの中で生活をしている。認知症には、根治薬はなく、それぞれの症状に対応した薬での対処になる。認知症の人と付き合う上で、キーワードとして「3秒待つ」「応えられる質問をする」「後ろから声をかけない」「ちょっと待ってでなく、何で待つのかを具体的に言う」「小さな満足につながる対応を心掛けることが挙げられます。竹内さんが代表理事をしているDカフェの紹介があり、Dカフェとは、ディメンシア（認知症）カフェ、誰でもカフェ、ディストリクト（地域）カフェ、デモクラシー（自由、平等、博愛）カフェを意味し、そこに集う人は参加費を払い、皆が対等に語り合う場となっています。高齢者も子育て、障がいを持つ人も、みんな一緒に過ごす共同体で、これからは、“サポーター”から“フォロアー”へと伝えて頂きました。



コープみらい荒川センター  
地域担当 福山 貴彦さん

## 報告 配送の現場から

パルシステム東京 多摩センター  
活動長 橋本敬一さん



地域で行っている日常の対応の中で・・・  
「この頃、冷凍品がいつも溶けているんです」と連絡を受けたが、訪問時にチャイムを押して出て来る方は組合員さんのお母さんだった。見た目では気づかなかったが、認知症の症状があり、商品を手渡しをした状態で置いていたようでした。見た目ではわからない組合員さんにきめ細かな対応を心掛けています。



多摩センターの概要、高齢者見守りアンケート集計を全17センターの配送職員から出され、自分の受け持ちの組合員さんに、気づきやその人に合った対応を工夫している事も話して頂きました。センターでは、毎朝「4つの心得」を唱和し、日々の仕事を行っています。組合員さんから頂いた声や組合員さんから出された声の事例や困難事例も報告がありました。配送品質向上施策、地域貢献を当たり前に行い、共に考え、行動し「パルで良かった！」と言ってもらえる組織作りを継続していきます。



八王子市高齢者あんしん相談センター高尾  
センター長 斉藤 健一さん

## 地域からの報告

午後の進行：日生協  
中央地連 遠藤さん

「皆さんは、地域包括支援センターを知っていますか？」3つの職種、相談・予防・介護・医療のプロがいるので、一言でいえば、ここに行けば暮らしの中で何か困った事を受け止める場所“よろず相談所”です！と話して頂き、包括支援センターがグッと身近に感じられました。“本当の意味での地域のささえって？”と問題提起をされました。斉藤さんが体験した地域での課題は、個人／環境、地域で共に暮らす「お互いさま」として、みんなで一人ひとりを見守る事につながる。「安心&安全」の取り組みに於いては、地域に種を撒き、見守りのネットワークを作る！一緒に考える場として、地域ケア会議を開催した。八王子市は市と事業者が「見守り協定」を結んでいるので心強いですが、ゆるやかな見守り、担当による見守り、専門的な見守りといった、さりげない、3つの糸で「見守りねっとワーク」化を図って行きたい。是非、包括支援センターにいらして頂きたいと思います。



## グループワーク

6人ずつ10のグループに分かれて、1時間弱でしたが、2つの設問からの交流の時間を取りました。講師の竹内さんもグループを回って頂き、しっかりと耳を傾けて聞いて頂き、対応についてのアドバイスも頂きました。各グループとも活発に、フリップを使い、自分の書いた文字に思いを乗せてしっかり交流を楽しんでいた様子でした。ゆるやかなつながりを考え、支えあい、迷惑を掛けたり、お互いさまの社会が出された。生協の事業に、認知症・高齢の方へ配送する仕組みやフォローする第3のシステムがあるといい！と提案がされました。パルシステム東京から「見守り安心システム」について説明がありました。

閉会挨拶：八王子保健生協  
本間さん



## まとめ・アンケートより

グループからの報告を聞いて、竹内さんと3人の報告者の皆さんからも感想を頂きました。認知症の学習はしているが、“もしかしたら”という気持ちを持ち、優しく話しかけ高齢の方へ対応をしていこうと思い、今日の事をセンターで話します／「幸せの種に水をやる」自分が幸せでない人にも優しくできない事を現場に持ち帰って共有したい／地域包括支援センターは地域の皆さんが育てて行く所です／自分のことは自分でやるようになろう／10年後賢い市民になろう／生協が出来る取り組みをすすめる時は、市民の気持ちを持って欲しいと話して頂きました。



✿グループワークの設問 ①講師のお話を聞いて ②現場からの報告を聞いて

- ① 笑顔／誰でも役に立ちたい／3秒ルール／サポーターからフォロアーへ／小さな満足／認知症、障がい者は社会を救う／自分の事は自分で決められる社会／認知症は記憶は残らないが感情は残る！
- ② お互いさま／日常のふれあい、ちょっとした事に気づく大切さ／見守り、小さなきっかけからまちづくり、地域づくりにつながっている／見守りから新たな地域づくりへ／見守りのネットワーク化等ありました。