

# 慣れ親しんだ地でずっと過ごすために

9月19日～10月6日は、市で認知症を考える認知症週間です

もし、自分の家族が認知症になったら・・・と考えたことはありますか。  
認知症は決して他人事ではなく、年をとれば誰にでも起こり得る身近な病気です。  
だからこそ、この機会に認知症について考えてみましょう。

この記事についてくわしくは  
地域包括支援センター ☎ 21-2137



※認知症カフェで働く加藤 薫さん(ケアマネージャー)  
市内に3カ所ある認知症カフェ。ここは認知症の方とその家族、地域の方や専門職の方などの集いの場所です。気軽に認知症の相談ができ、地域の認知症への理解の手助けになっています。

## 認知症の今

市内で介護保険の要介護認定を受けている人は4,209名であり、そのうち認知機能の低下が見られる方は2,689名です。認知症に関する相談と同様に、認知症の方は年々増加しています。

広報「にっこう」は、6年前から毎年9月21日の世界アルツハイマーデーに合わせて「認知症特集」を掲載してきました。今回は、市の認知症に関する現状をお伝えし、皆さんと一緒に認知症について考えたいと思います。

## 世界アルツハイマーデー

毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。1994年のこの日、国際アルツハイマー病協会が英国・エジンバラで第10回国際会議を開催したのを機に、WHO(世界保健機関)の後援を受けて記念日として宣言しました。以来、この日には世界各地でさまざまな活動が行われています。

市は、認知症になっても住みやすい地域づくりを目指し、さまざまな事業に取り組んでいます。



市民の皆さんに聞きました



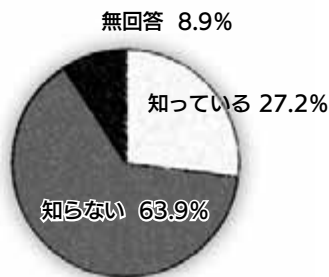
# データで見る日光市と認知症

市民の皆さんと市内の認知症サポーターを対象にアンケートを実施しました（「日光市高齢福祉計画及び第7期介護保険事業計画アンケート調査」（回答者数：2,748人）、「平成28年度認知症サポーター地域活動調査」（回答者数：578人）より）。

市民の認知症への理解度や認知症サポーターとして活動する方が、どんなことを感じながら活動しているのか伺いました。

Q2

認知症サポーターを知っていますか



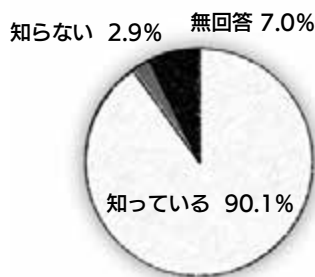
認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を支える人です。市では約64%の人がサポーターの存在を知りませんが、市内では6,000名を超える方が認知症サポーターとして活動しています。

## みんなの「声」

- ・認知症サポーターの印であるオレンジリングを知らない人もたくさんいる。オレンジリングを知れば認知症になっても安心。
- ・市民全員が認知症を理解していることが大切。若い世代に認知症サポーター養成講座を実施してほしい。

Q1

認知症は脳の病気であることを知っていますか



認知症は、脳の病気です。主な症状は物忘れですが、年齢のせいと思わず、おかしいと思ったときは、医療機関を受診しましょう。違う病気が見つかる場合もあります。

## みんなの「声」

- ・認知症は脳の病気だと初めて知った。
- ・今までは気持ちの病気だと思っていたが、脳の病気だと知ることができた。私の認知症のおばあちゃんも忘れたくて忘れているわけではなく困っているんだなと思った。

## 市の認知症への取り組み

認知症は年をとれば誰でもかかりうる身近な病気です。8年後の平成37年（2025年）には、65歳以上の高齢者のうち5人に1人が認知症にかかるといわれています。

市は、認知症を正しく理解し自分自身の問題と捉えてもらうため、認知症サポーターの養成に重点的に取り組んでいます。これまでに6千名以上の方に養成講座を受講していただき、認知症サポーターの印であるオレンジリングをお渡ししています。今後も認知症サポーターの印であるオレンジリングを持つ方を増やし、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを進めていきます。



あんざいよしはる  
安西義治健康福祉部長

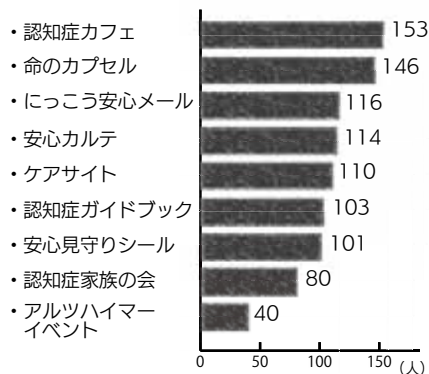


## 認知症サポーターに聞きました



Q5

日光市の認知症に関するサービスを知っていますか。



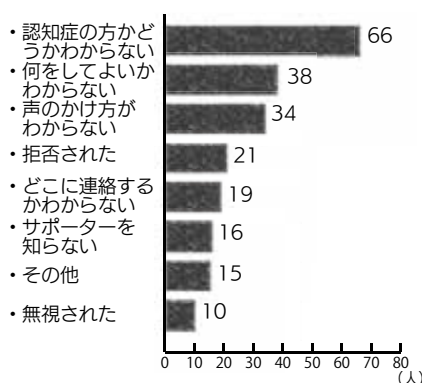
市の認知症に関するサービスの認知度は、1位が「認知症カフェ」。2位「命のカプセル」(※1)、3位は「にっこう認知症安心メール」(※2)でした。市は認知症の方への理解を深めたり、認知症の方が住みやすい地域となるようにさまざまなサービスを行っています。

### —— サポーターの「声」 ——

- ・認知症についてまだまだ理解不足のため、これからも勉強したい。
- ・認知症の方がいる家族が、隣近所や知人などに隠さず話して、いざという時に協力してもらえるような地域にしたい。
- ・認知症の人もその家族もみんなが集える場所があるといい。

Q4

認知症サポーターとして活動するときどんなことに困りましたか。



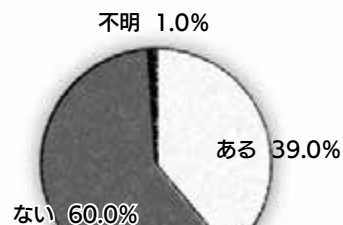
困った内容は、「認知症の方かどうかわからない」が一番多くなりました。「何をしてもいいかわからない」や「声のかけ方がわからない」などの対応方法よりも、誰が認知症の方なのかということが困っている要因となりました。

### —— サポーターの「声」 ——

- ・認知症ではないかな？ という意識で見守っていこうという思いが増した。
- ・義父が認知症だったが、当時の自分は知識がなく、適切な接し方が出来なかったと反省。今は当時の反省を元に、笑顔で同じ目線で会話ができています。

Q3

生活する中で認知症の方と会うことはありますか



認知症サポーターの約40%の方が地域で認知症の方に出会っています。認知症の方は、認知症治療をしながら家族の支援や介護サービスを利用して、地域で生活しています。認知症でも家族や地域の方の理解と協力で地域での生活を送ることができます。

### —— サポーターの「声」 ——

- ・夕方、近所で見かけない人がいて、声をかけたら家がわからないとのこと。家の周辺の様子を聞いて近くまで同行した。
- ・通勤途中に身なりが乱れ、靴を履かずに歩いている人を見つけて警察に保護を依頼したことがある。



オレンジカフェ  
みょうじん  
かとうかおる  
加藤薫さん

認知症や介護でお悩みの家族の方などが一人で抱え込まないようお話を伺ったりアドバイスをしたり、皆さんがほっと一息できる場所となるようスタッフ一同お待ちしております。

「オレンジカフェみょうじん」の話  
認知症カフェ「オレンジカフェみょうじん」は、みんなで支える地域福祉を目指し運営しています。カフェの開催チラシを各家庭に配布し、周知を図ると共に参加しやすい仕組みとして、利用者宅への送迎も行っています。

多くのボランティアの方と共にカフェを開催しており、毎回30名程のお客さまと、食事に歌にと楽しいひと時を過ごしています。



カフェ内の様子

※1 見守りが必要と思われる方にカプセル式の個人情報が入る容器を配布し、必要時に早期発見につなげるもの

※2 認知症になった方を見守り、行方不明になっても早期に保護するための情報配信を実施

## 認知症の人とその家族が 安心して暮らせるまちとは

認知症は、早期発見・早期治療が重要です。しかし、認知症を正しく理解していないと発見の機会を逃してしまい、重症化する場合が少なくありません。周りの人が症状に気づく頃は、認知症が進行していることもあります。また、認知症の方のケアは、家族だけで支えることは困難です。そのため、認知症の人やその家族の思いを理解することが重要です。「認知症の人かどうかわからない」からこそ、元気なうちから地域の方々とつながり合うことが必要になります。認知症の特効薬は現在ありません。しかし、薬に代わるのが地域の方の理解とサポートになります。認知症の人にやさしい地域は、どの世代の方にもやさしい地域になります。

認知症になってもなれ親しんだ地域と近所の方に支えてもらい、地域で生活することで認知症の進行を緩やかにすることができま。地域一丸となったチームケアで認知症と向き合い支える、地域の皆さんの力が必要です。

市は、認知症の理解を深めてもらうためのイベントを開催します。この機会にぜひご参加ください。

## 認知症に向き合う

～認知症の人や家族に寄り添うまちは、私たちの手で創られる～



### イベント情報



#### 認知症の人から学ぶ

#### 「日光市世界アルツハイマーデー 2017」

日時：9月30日(土)午後1時15分～4時

会場：日光街道ニコニコ本陣

内容：第1部：講演「一人の当事者との出会いから  
デメンティアフレンドリーコミュニティ  
～Dementia Friendly Community～」

講師：山崎英樹医師

第2部：講演「認知症とともに  
やまざきひでき  
に生きる」

講師：丹野智文氏他

定員：200名

申込：地域包括支援センター

☎21-2137



丹野智文氏

#### 市で認知症を考える認知症週間

日時：9月19日(火)～10月6日(金)

会場：市役所本庁舎2階

内容：認知症に関する説明などパネル  
展、認知症家族会の紹介。

※この期間の火曜・木曜日の午前10  
時～正午まで認知症に関する相談会  
を実施します。



◀オレンジリング(左)  
と認知症サポーター  
キャラバン公式キャ  
ラクター「ロバ隊長」

## 認知症について相談したい

認知症の相談や介護の相談など、お気軽にご連絡ください。

| 担当地区            | 施設名             | 電話番号    |
|-----------------|-----------------|---------|
| 今市地区            | 地域包括支援センター      | 21-2137 |
| 豊岡地区・今市地区の一部    | 今市北地域包括支援センター   | 21-7081 |
| 大沢北部・大沢中部・塩野室地区 | 今市東地域包括支援センター   | 26-6537 |
| 大沢南部・落合地区       | 今市南地域包括支援センター   | 25-6444 |
| 藤原地域・栗山地域       | 藤原・栗山地域包括支援センター | 76-3333 |
| 日光地域・足尾地域       | 日光・足尾地域包括支援センター | 25-3255 |

受付時間：月曜～金曜日の午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)