

サポーター講座の展開工夫

一人ひとりが輝く
地域づくりを目指して



福田南地域包括支援センター
神奈川県大和市



7つの工夫と個の輝き



1. 認知症を我が事として認識できる工夫
 2. 当事者の気持ち、家族の気持ちを身近に感じる工夫
 3. 認知症に対する偏見に気づき減らす工夫
 4. サポーターグループの活躍とやり甲斐を伝える工夫
 5. 正しい知識の伝達の工夫
 6. 参考図書・音楽紹介の工夫
 7. キャラバン・メイト、サポーターが最新情報を収集する工夫
- ★ 個の輝き



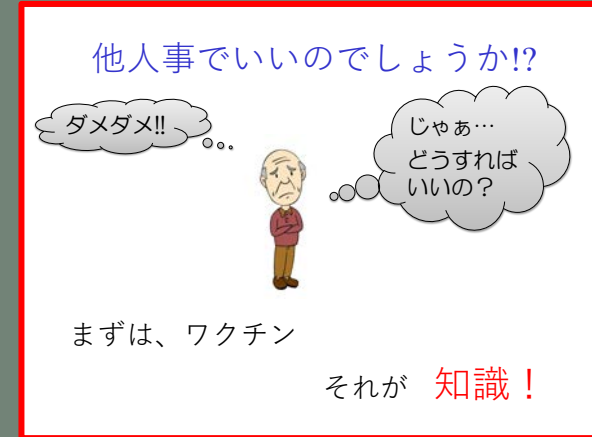
1. 認知症を 我が事として 認識できる工夫

～その1～

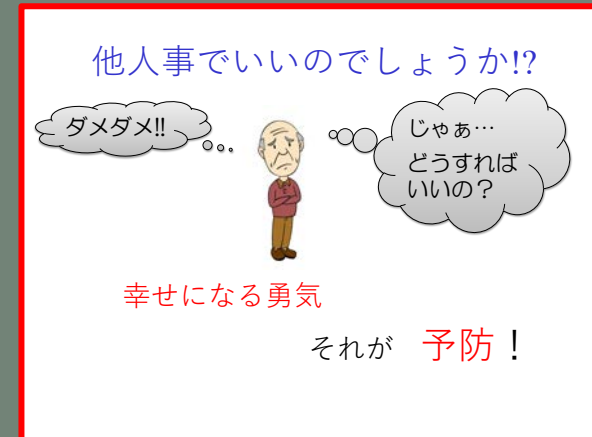
キーワードの活用

- 正しい知識を得ることが、ワクチンを接種する事と同じように、重症化させない
- 自己責任の中で、自分を大切に生活することが予防につながる
- 一人ひとりの勇気と思いやりがあってこそ隣3軒両隣のコミュニティを再生できる

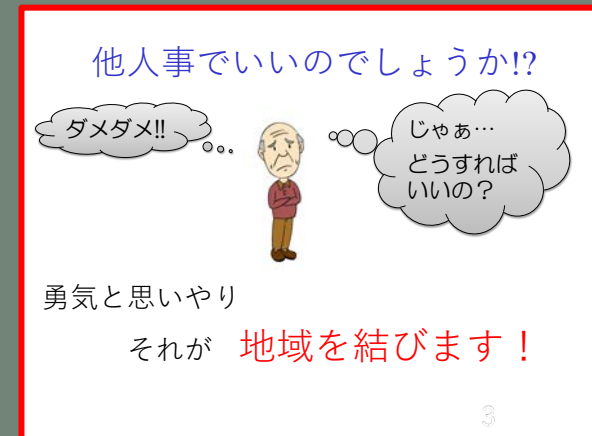
知識



幸せになる 勇気



勇気と 思いやり





1. 認知症を 我が事として 認識できる工夫

～その2～

体験型写真の活用

言葉の通じない海外への団体旅行中、集合時間に遅れて迷子になってしまった。

どんなに不安か想像してみてください。





1. 認知症を 我が事として 認識できる工夫

～その3～

キャンペーンビデオを活用 したグループワーク

キャンペーンビデオ3つの事例の望ましくない対応を見た後にグループワークを行ってもらい発表

1. ゴミ捨て事例
2. コンビニ事例
3. 自分の家がわからない事例

その後に、望ましい対応を見ていただく

DVD & グループワーク

1. あなたが、ご本人だったら、
どんな気持ちがしますか？
2. あなたが、ご本人だったら、
どうして欲しいでしょうか？
3. あなたが、地域住民だったら
何ができますか？

平成 30 年 9 月 2 日

ゴミ出し事例

あなたが本人だったら、
どのような気持ちでしょうか？

- 〇先かお風呂。新聞の調子強い為、嫌な気分になる。
- 〇命令は正しいと思ってる身なりは、間違えていて、早く言われていたのに、10分が経つていない。
- 〇「早くお風呂を命ずるから」と思う。認知症の人は、何となくしんどいのか、今更だに思う。

コンビニレジの事例

あなたが本人だったら、
どのように対応して欲しいでしょうか？

- 会計の金額に合わせ、店員と一緒に小銭を計算してくださる方がいい。
- 具体的に、小銭を見ながら教える方がいい。
- 正確に若い時は暗算で早く計算出来るのですが、現年令になると、すぐパッと計算出来ず、追いつかない。そんな場合は店員の中身の見て、計算の手助けをしてくれれば助かると思います。

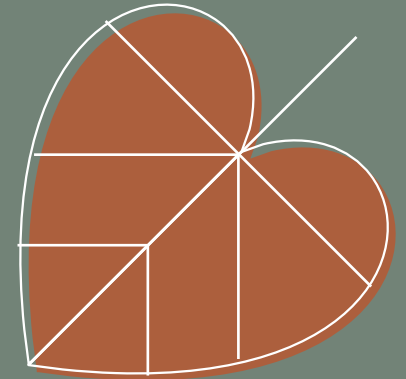


- 〇後でわかってきた。前に行って見えてきたら、声かけする時は、よく声かけする。(本人がもし認知症の様に) 可能であれば、本人の行動を案内してあげる。
- 〇お風呂も正しい様に、前でも声かけ。本人が何となくしんどいのか、出かける時、付いて行くといい。

迷子の事例

あなたが地域住民だったら、
何ができますか？

このような意見が
白熱します！



2. 当事者の気持ち 家族の気持ちを 身近に感じる工夫

～その1～

サポーターによる
朗読劇・寸劇の披露

コロナ禍においては寸劇のDVDを視聴

- 絵本“ばあばはだいじょうぶ”の朗読劇



- 翌年は、別のサポーターで寸劇



- それぞれ、猛練習で、中学生の講座でも涙を誘うほどの盛況





2. 当事者の気持ち 家族の気持ちを 身近に感じる工夫

～その2～

家族の気持ちを“介護徒然草”
として冊子を作製し配布



最近 表情が乏しい中
昨日声を出して笑ってくれました。
もう声は聴けなくなるのかなあ

他人の目気にならぬとは嘘となり
遠く見返る心哀しき



3. 認知症に対する 偏見に気づき 減らす工夫

～その1～

アンケートの活用

- ①事前アンケート（実施できる時）
- ②講座前のアンケート
- ③講座後のアンケート

認知症に関するアンケート

♡の質問事項は受講後にご記入ください

◆ 認知症に対してのイメージや思う事教えてください。

♡受講後、認知症に対するイメージに変化がありましたら教えてください。

◆ 自分が認知症になった場合、不安な事、心配な事がありますか？自分自身の事、家族の事など自由に書いてください。

♡受講後、気持ちに変化はありましたか？

◆ 自分が認知症になった場合、どのように暮らしたいですか？

♡受講前と比べて暮らしのイメージが変化しましたか？その理由もお答えください。

♡国や自治体、地域包括支援センターに求める認知症施策などあればご記入ください。



4. 認知症に対する 偏見に気づき 減らす工夫

～その2～

輝いている 当事者紹介

- やさしさ溢れる塗り
絵の展示



- カフェでハーモニカ演奏
- この日はボランティアさんのクラリネットとコラボ
- ケアマネジャーさんも応援に！



- 生け花の先生だった昔を思い出してサポーターさんの力をお借りしてカフェに彩りを！



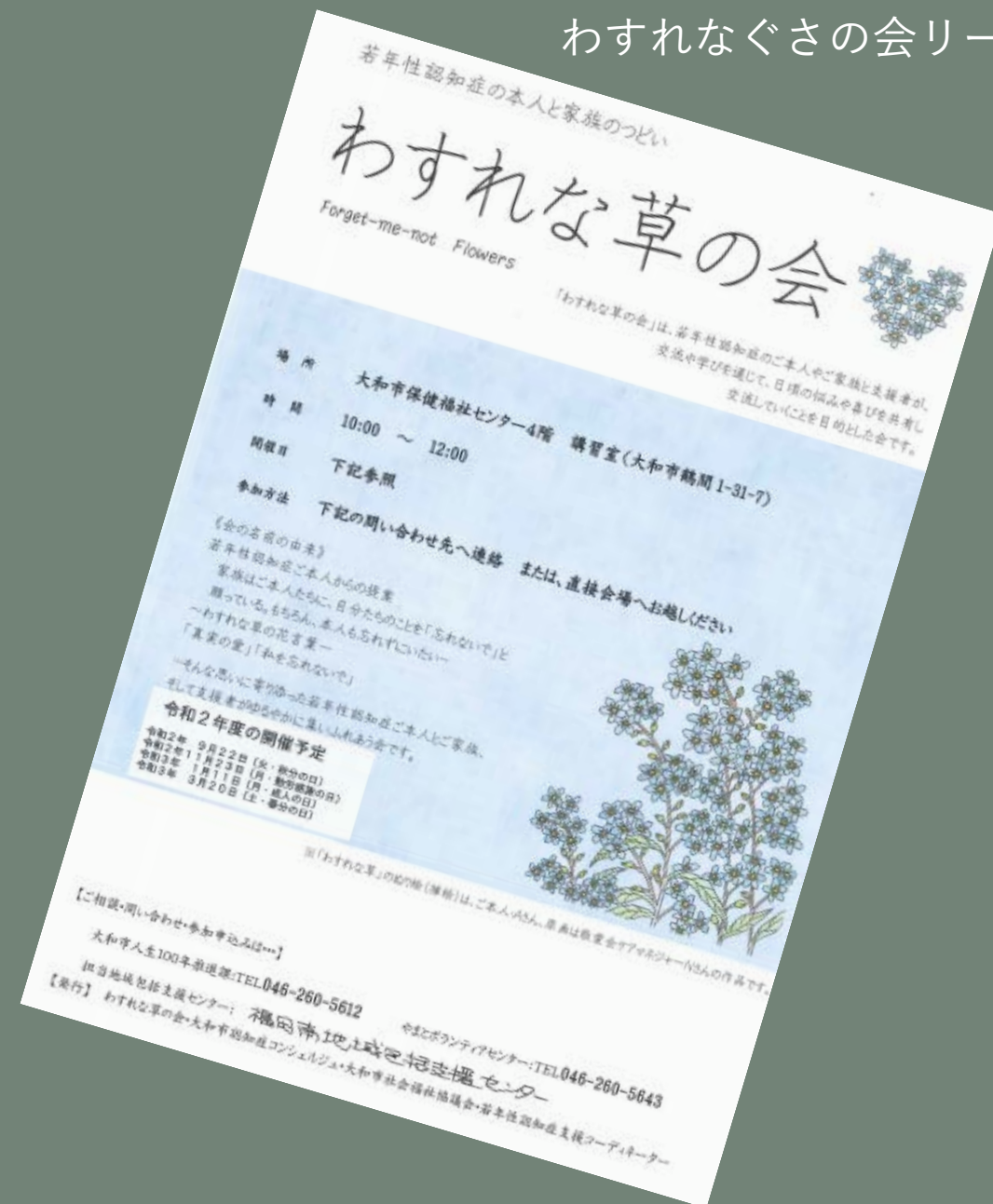


4. 認知症に対する 偏見に気づき 減らす工夫

～その2～

輝いている当事者紹介

- ・ 大和市認知症施策の活動として、本人・家族の会「わすれな草の会」を発足
- ・ リーフレットの中には、当事者と家族の心温まるメッセージを掲載



4. サポーターグループ の活躍とやり甲斐を 伝える工夫



■ サポーターグループ“たんぽぽの会”の活躍

- ①絵本“ばあばは大丈夫”の朗読劇の実施
- ②絵本“ばあばは大丈夫”の寸劇の実施
- ③大和市主催イベントでの登壇
- ④自主グループによるサークル活動の開催
- ⑤個別訪問の実施



4. サポーターグループ の活躍とやり甲斐を 伝える工夫

～その1～

サポーターの活躍と輝く笑顔を
DVDに収めて講座で放映

- 令和元年度 圏域地域ケア会議 118名の参加者の中でのサポーターの活躍を講座の中で紹介。
- 企画、準備、寸劇からグループワークまでの様子を20分のDVDに納める。

- 地域ケア会議の企画・準備・打合せをサポーターと話し合う



令和元年12月20日
福田南圏域地域ケア会議



**DVDの短縮版6分の動画を別添
是非、ご覧ください！**

黄色のバンダナを巻いているのが、サポーターの皆様です。

4. サポーターグループ の活躍とやり甲斐を 伝える工夫

～その2～

サポーターの大和市主催イベント での登壇の紹介

- サポーターはそれぞれの特技を活かして、
楽しみながら無理なくできる範囲で活動！
- 介護予防サポーター
養成講座での指導者
としての活躍

- 認知症サポーター
ステップアップ講
座でボランティア
活動について登壇



- 自分たちも一緒に楽しむことが一番！
- 認知症があってもなくてもみんな同じ！
そのような話が繰り広げられた





5.正しい知識の 伝達の工夫

行政と協力してスライドのベースを作成

- 大和市では、市と各地域包括支援センターに認知症コンシェルジュ（地域支援推進員）が配置されており、行政と地域包括支援センターの協力体制が整備されている
- 認知症コンシェルジュ（地域支援推進員）の部会メンバーを中心に、スライドのベースを作成

- ① 目標を定める
- ② キャラバンメイトの標準教材を基に最新情報を取り込む
- ③ 大和市の認知症施策の紹介
- ④ イラストや図式化でわかりりやすく伝える



5.正しい知識の 伝達の工夫

～その1～

行政との協力 ①目標を定める

- スライド作成についてコンシェルジュ連絡会で話し合い、目標を定めた

目標1：認知症の人は何もわからないという偏見をなくす

目標2：認知症になると何もできないわけではなく、できることもたくさんある事を理解していただく

目標3：支援する側、される側ではなく自分の事として捉え、お互いさまとして支え合うことを考える



5.正しい知識の 伝達の工夫

～その2～

行政との協力

②キャラバンメイトの標準教材を基に
最新情報を取り込む

認知症施策推進大綱

【基本的考え方】

認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を
過ごせる社会を目指し、認知症の人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する。

1. 普及啓発・本人発信支援

2. 予防

3. 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援

4. 認知症バリアフリーの推進・若年性認知症の人への支援・
社会参加支援

5. 研究開発・産業促進・国際展開



＊認知症施策推進大綱（令和元年6月18日）
の考え方を取り入れた



5.正しい知識の 伝達の工夫 ～その3～

行政との協力

③大和市の認知症施策の紹介

- 必要な方に情報が届くように講座の中で紹介

講座の中で実際のシューズとGPS端末、反射ステッカーなどを展示

- 65歳以上の市民の方を対象に、「脳とからだの健康チェック」
- iPadを使用したタッチパネル形式で記憶力や注意力などの認知機能と簡単な体力測定

- QRコードをスマートフォンなどで読み取ることで、登録情報を持つ機関への連絡先がわかる
- 利用者の個人情報記録されていないためプライバシーも確保

- 早期発見反射ステッカーには、登録番号と大和市の連絡先が印刷されている
- GPS端末と、端末を収納する専用シューズを提供

脳とからだの健康チェック

検査当日の流れ

- 1.受付
 - 2.検査の説明
 - 3.握力・5m歩行
 - 4.認知機能検査
 - 5.もの忘れについてのお話
- ※検査全体の時間は一人90分程度です。



認知症等によるはいかい行動への対策について

ご連絡先お知らせコードシール



早期発見反射ステッカー



SOSワッペン

位置確認支援事業 (GPS端末を収納した専用シューズ)





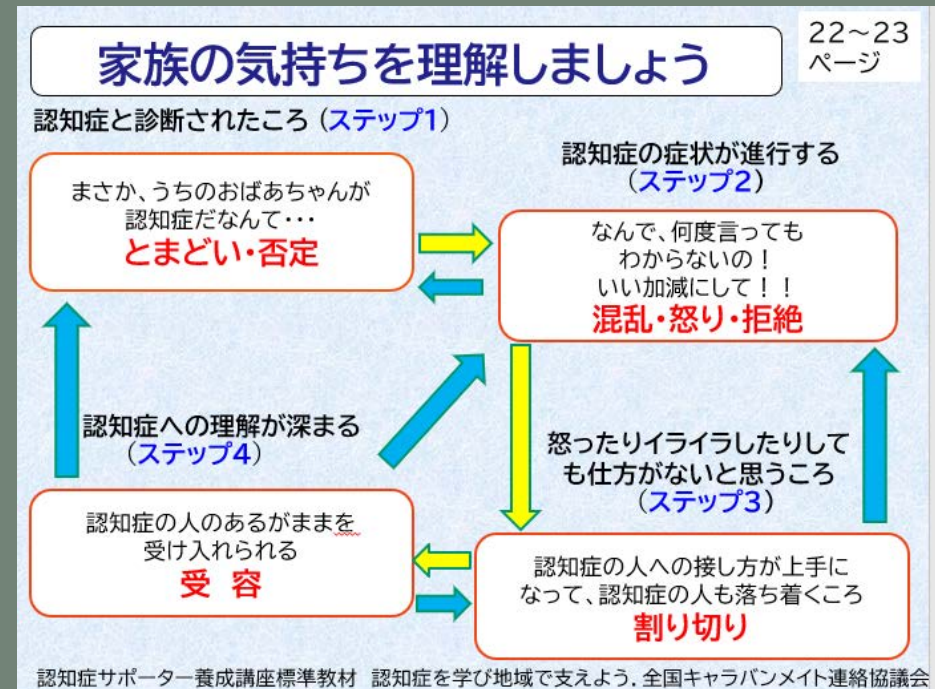
5.正しい知識の 伝達の工夫

～その4～

行政との協力

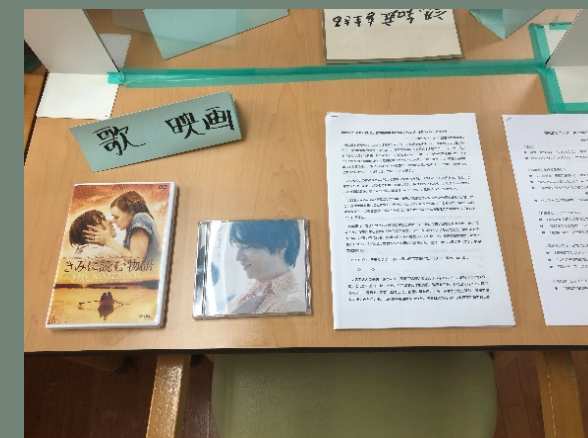
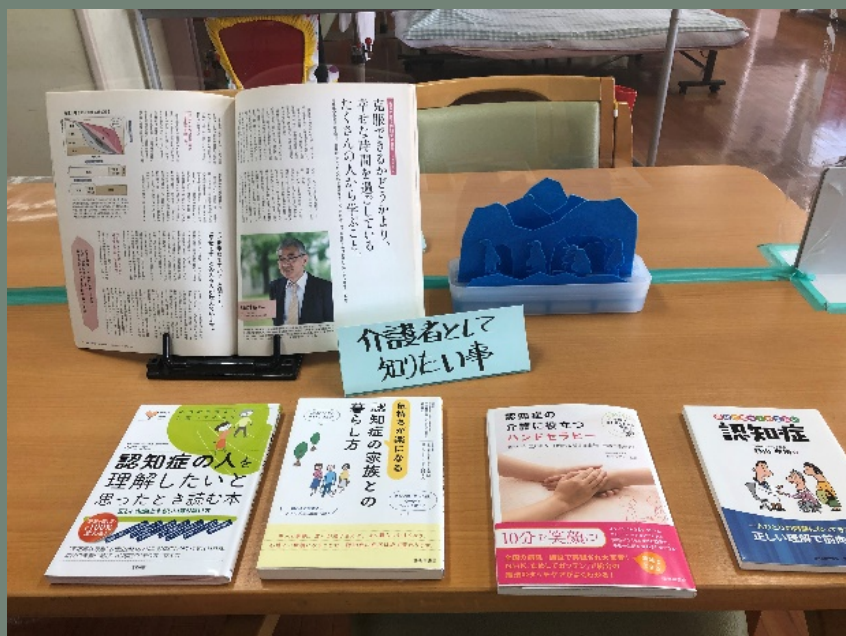
④イラストや図式化でわかりやすく伝える

- ・ 中学生副読本のイラスト等を使用
- ・ わかりやすく図式化





6. 参考図書・ 音楽紹介の工夫





7. キャラバン・メイト サポーターが最新情報 を収集する工夫

～その1～

『認知症とともに生きる』をテーマにした圏域地域ケア会議で、有識者に登壇を依頼し共に学ぶ

平成29年度

『地域で守る認知症』

～地域資源を利用したネットワーク作り～

- 『大和市の認知症施策』
大和市高齢福祉課認知症施策担当
水野義之氏
- 『5000の認知症カフェとその可能性』
フォトグラファー コスガ総一氏

平成30年度

『一人ひとりが輝く地域づくりを目指して』
～当事者の声から認知症予防を考える～

- 『本当の認知症予防とは』
東京慈恵会医科大学 SHIGETAハウス
繁田雅弘医師

令和元年度

『一人ひとりが輝く地域づくりを目指して』
～One for all all for one～

- 『認知症予防のこと 偏見のこと』
東京慈恵会医科大学 SHIGETAハウス
繁田雅弘医師

令和2年度

『一人ひとりが輝く地域づくりを目指して』
～地域の認知症サポート医から学び
プラスワンの実現を目指す～

- 『認知症のい・ろ・は』
高座渋谷つばさクリニック 武井智昭医師



新型コロナウイルス感染拡大予防のため開催中止したが、準備した資料を配布用に再編成して参加予定者に配布



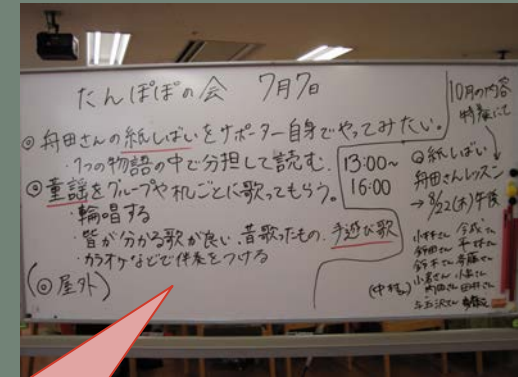
7. キャラバン・メイト サポーターが最新情報 を収集する工夫

～その2～

サポーターの主体性を重視した 研修の実施

- ・ 包括職員その他、ボランティア、子育て支援センターの協力をお願いして研修を実施
- ・ 子育て支援センターに出向いて、読み聞かせ、わらべうた、バルーンアートなどを学ぶ
- ・ 包括内では、『ボランティアについて』『ユマニチュードについて』などを1～2回/年実施

- ・ サポーターから出た意見を基に研修を企画



サポーターの声！
幼児も交えて認知症カフェを開催したい！

- ・ 認知症の人にやさしい小さな本棚（川崎市立宮前図書館）の舟田彰氏に紙芝居の指導を受ける





★個の輝き



- サポーター“たんぽぽの会”には当事者の方も参加されている
- 「いくつになっても人の役に立ちたい」「輝いていた」
そんな気持ちを大切に！

サポーター“たんぽぽの会”未来計画

★オリジナル紙芝居制作中！

- 完成したら講座で発表予定
- 小中学生にもわかるような内容で講座受講者の幅を広げていく
- サポーターからの情報を集め、エリア内の昔話、方言、戦前に盛んだった養蚕業などを盛り込んでいく

★“いのちの歌”大合唱特訓中！

- サポーターが歌を覚えStay homeで特訓中
- 認知症があってもなくても地域住民が集まって歌える日が訪れることを信じて・・・

講座最後の スライド

小さな力が大きな成果につながることを信じて、
キャラバンメイトもサ
ポーターも地域づくりの
ために輝いていきます!!



みなさまにお願いしたいこと...

ハチドリのひとしずく

南米アンデス地方に伝わるおはなし

森が燃えていました
森の生きものたちは われ先にと 逃げて いました
でもクリキンディという名の
ハチドリだけは いったりきたり
口ばしで水のしずくを一滴ずつ運んでは
火の上に落としていきます
動物たちがそれを見て
「そんなことをして いったい何になるんだ」
といって笑います
クリキンディはこう答えました
「私は、私にできることをしているだけ」

私たちと一緒に
クリキンディになっていただけますか

