



当事者自ら発信した 認知症サポーター養成講座

桐生市地域包括支援センター山育会

群馬県桐生市について

- 令和3年3月1日に桐生市制施行100周年を迎えた。
【メインテーマ】
感性育み 未来織りなす 粋なまち桐生 ～桐生人こそ宝。～
- 群馬県の東南部に位置している。全国84番目の市。
- 江戸時代には「西の西陣、東の桐生」とうたわれた、織物の一大産地
- 平成17年に新里村、黒保根村と合併。
- 人口・・・108,164人 高齢化率・・・35.67%
- 地域包括支援センター・・・市内に8か所設置

今回の取り組み

■ 取り組み方法

- ① 認知症と診断を受けた地域の高齢者に、認知症サポーター養成講座で当事者としての発言をしてほしいと依頼した。
- ② 講演のような形で話すのは難しいので、インタビュー方式で行った。
- ③ 日頃から当事者を支えている高齢者にも一緒に協力してもらい、支え合うことの大切さも伝えた。

認知症サポーター養成講座の概要

- 対象・・・小学4年生及び学校教諭
- 目的・ねらい
 - ①認知症が、誰でもなる可能性のある身近な病気であることを感じてもらう。
 - ②当事者の気持ちを理解する。
- 講座の方法・・・小学校の教室での出前講座とZOOMを使ったオンライン講座にて、当事者含む高齢者3名に話していただいた。

認知症サポーター養成講座での当事者発信

- 認知症の当事者が、自ら、「認知症である」と発言することは、当事者にとっても家族にとっても抵抗があります。本人も家族も、認知症になったという事を周囲に言い出しにくいと感じています。
- 当事者の人たちが、キャラバン・メイトに協力して、当事者としての発言を引き受けてくれた認知症サポーター養成講座を報告します。

当事者発信のプロセス

- 認知症サポーター養成講座の依頼元の小学校は、従来から地域の老人会との関わりがあった。老人会は、小学校の校庭をグランドゴルフの練習として使用。小学校の運動会の前日には、老人会の会員が校庭の整備を行っていた。
- その老人会の会員であるAさんが認知症と診断を受けた。
- Aさんは、社交的な性格。診断後も家に閉じこもることなく、友人の家に遊びに行ったり、地域包括支援センターに「こんにちは！みんな元気かい？」と顔を出してくれていた。
- 診断後、車の運転を辞めたAさん。移動手段は、車→自転車→徒歩に変化し、行動範囲も小さくなった。当センターに来てくれた時に、行動範囲が減ったことや物忘れが増えたことへの不安を話したり、明るく家族の話をしてきていた。
- センターの職員間で、認知症サポーター養成講座でAさんに話をしてもらったらどうかと提案があった。病気や接し方だけではなく、当事者の気持ちを理解することも大切ではないか。

当事者発信のプロセス②

【本人への説明と承諾】

Aさんに、センター職員から、認知症サポーター養成講座についてと、なぜAさんに話してもらうことが必要なのかを説明した。Aさんに充分理解していただき、了解を得た。

【行政、依頼元との相談】

認知症サポーター養成講座実施主体の市の担当者に、サポーター養成講座で当事者自ら発言してもらう内容で実施することを報告。

依頼元の小学校の担当者に連絡。講座で、認知症と診断を受けた当事者から話をしてもらう内容とすることを提案。その意義を説明し、了承を得る。

【家族の承諾】

Aさんのご家族への説明を行う。小学校で、Aさん本人から「認知症である」ことを話していただくことについて承諾を得る。

当事者発信のプロセス③

【事前打ち合わせ】

Aさんとの事前打ち合わせを行った。Aさんは、「話すのはいいけど、一人では不安」と感じていた。当日は、Aさんお一人ではなく、診断は受けていないが、自身が認知症ではないかと思っている高齢者、Aさんと一緒に老人会で活動していた仲間も一緒に出演することになった。

Aさんの体験や気持ちを、事前に聞き取りをして文章にまとめ、その原稿を読みながら話す方法も検討したが、Aさんは緊張してうまく話す自信がなかった。どのような方法が良いかを相談し、訊かれたことに答えるならできそうと、インタビュー形式で行うことになった。

センター職員が聞き手となって、Aさんへのインタビューをしながら話してもらおう。どのような質問をするか、事前にAさんと相談。他の協力者とも一緒に内容を検討。当日は、別の職員がAさんに付き添って実施することで、Aさんに安心してもらえた。

認知症サポーター養成講座当日の工夫

■ 当事者の方たちへの配慮

①受講する児童に、当事者がここで発言することの大変さ、とても勇気のいることであることを最初に説明

②名前を明かすことについては、当事者の判断

■ 当事者発信はインタビュー形式で15分程度

■ 感染予防のための距離の確保と、フェイスシールドの利用

認知症サポーター養成講座当日の工夫②

■ 当事者が緊張して、言葉に詰まる場面では・・・

- ①言葉が出るまで待つ(認知症の人への対応方法としても受講者の学びとなる)
- ②付き添った職員が、メモを見せてフォローする
- ③聞き方を変えて(クローズドクエスチョンなど)、答えやすいようにする

インタビューの実際のやりとりの様子

- インタビュアーの「今日は、認知症について小学生に学んでもらいます。認知症について、どう思いますか？」の問いに、「俺も認知症なんだよ」と返答。
- その後、質問に答えてもらいながら、認知症と診断された時の気持ち、「忘れること」についてどう受け止めているか、生活の中で困っていることなどについて話していただいた。



インタビューで伝えなかったこと

- インタビューの最後に、当事者のAさんに「認知症と言われる前と言われてからと、何か変わりましたか？」と聞きました。
- それに対し、Aさんは、「**何も変わらないよ。俺は俺だよ。**」と胸を張って、笑顔で答えてくれました。
- この言葉の意味は、受講した児童たちにしつかりと伝わったと思います。

受講した人たちの反応

先生からのコメント

実際に高齢者の話を聞くのは、子供たちにとって貴重な体験になった。認知症が特別な病気ではなく、身近な病気だと感じられたと思う。病気になったら、何もできなくなってしまうというイメージがあったかも知れないが、今回、高齢者が自ら話す様子を見て、イメージが変わったのではないかと思う

児童の感想から

- 認知症の人が困っていたら、助けてあげたいと思った。
- 誰でもなる病気だと分かった。
- 近くに認知症の人がいたら、やさしく声をかけてあげたいと思った。
- 道に迷って困ることが分かった。そういう時は声をかけようと思う。

協力してくれた当事者の反応

- とても緊張した。だけど、話せてよかった。
- 子供たちと関わるのは良いね。元気をもらえたよ。
- もっと話したかった。終わってみたら、話し足りないと思った。
- 自分が、こういう形で役に立てたなら良かったよ。

考察

- 認知症は誰もがなり得るものであり、家族や身近な人が認知症になることも含め、多くの人にとって身近なものであることを、当事者と一緒に伝えていく。
- 認知症の人を単に支えられる側と考えるのではなく、認知症とともにより良く、生き活きと住み慣れた地域で暮らせる社会を実現するための取り組みが必要である。

考察②

- 今回の取り組みは、「安心して認知症になったと言える社会」「認知症をオープンに出来る社会」への小さな1歩。
- 初めての取り組みで、キャラバン・メイトにも戸惑いはあった。
- この地域で、当事者ととともに1歩を踏み出したことには大きな意味がある。
- 1歩で終わらせず、歩み続けていくことが大切だと感じている。

考察③

- 認知症サポーター養成講座の活動を通して、認知症の診断を受けた後も、地域との関わりを持ち続け、「認知症だからこそできること」を当事者と一緒に見つけていく。
- 認知症であってもなくても、その人らしく生きていけるような社会を作るには、当事者の人たちの声を聞きながら、一緒に活動をしていくことが大切だと感じた。