

認知症地域支援体制構築モデル事業の展開 佐倉市

佐倉市 福祉部高齢者福祉課

I 佐倉市の状況

佐倉市は、千葉県北部、北総台地の中央部に位置し、都心から40キロメートルの距離にあります。成田国際空港へは東へ15キロメートル、県庁所在地の千葉市へは南西へ20キロメートル、市北部には印旛沼が広がります。面積は、103.59平方キロメートルです。



日常生活圏域を5か所に分け、圏域ごとに地域包括支援センターを設置しています。

平成22年9月末現在の高齢化率は22.0%となっています。

介護保険認定者5,397人の認知症高齢者日常生活自立度の状況は、以下のとおりです。

	平成12年	平成17年	平成22年
市内全人口(人)	175,634	176,723	176,061
65歳以上人口(人)	21,762	28,951	38,755
高齢化率	12.4%	16.4%	22.0%

(住民基本台帳各年9月末現在)

日常生活自立度 I	何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立している	1,349
日常生活自立度 II	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる	1,577
日常生活自立度 III以上	日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする	1,109

(平成22年9月末現在)

II 認知症対策の全体像

項目	前年から継続実施	モデル事業での新たな取り組み
1. 認知症の正しい理解の普及啓発	・認知症サポーター養成講座	・職域への拡大、市職員全員への研修 ・シンボルマークの公募と普及
2. 認知症予防の推進	・出前講座 ・認知症予防講演会 ・頭すっきり若返り教室	・啓発リーフレットの配布、啓発強化月間の設定 ・講演会時に啓発イベントを実施 ・ファイブ・コグ(集団認知機能検査)実施 ・ふまねっと、回想法を用いた予防教室
3. 認知症の相談体制の整備・人材の養成	・2市1町SOSネットワーク ・介護者のつどい	・権利擁護に関する普及啓発 ・認知症コーディネーターの育成と設置 ・地域資源マップの作成 ・キャラバン・メイトのつどいの開催
4. 医療との連携、認知症の早期発見・早期治療	・物忘れ相談	・(仮称)認知症地域ネットワークの設置 ・認知症対策ネットワークの確立

Ⅲ モデル事業の取り組み状況

1. 認知症の正しい理解の普及啓発

(1) 認知症サポーター養成講座の拡大

平成 19 年度から開催している認知症サポーター養成講座は、市の全職員を対象とした開催や自治会・職域等への出前講座を延べ 101 回開催し、サポーター数は 4,318 人となっています。市職員と各地域包括支援センターのキャラバン・メイトが中心となり、認知症サポーター養成講座を開催しました。



年度	平成 19～21 年度	平成 22 年度※	計
回数（回）	48	53	101
サポーター（人）	2,311	2,007	4,318

市職員を対象に実施
全 10 回 891 人が受講

※平成 23 年 2 月末現在

(2) 「認知症にやさしい佐倉」シンボルマークの募集と活用

広く市民に認知症の正しい理解の普及啓発を行うため、「認知症にやさしいまち」、「認知症になっても安心なまち」を象徴するような優しく親しみやすいシンボルマークを 6～7 月に募集しました。

決定したシンボルマークは、オレンジリングの中に配置したステッカーとして作成し、市内の認知症サポーターのいるお店などに貼っていただくことで、認知症の方が安心して利用できる目印とするとともに、「認知症にやさしい佐倉」のアピールのため活用しています。



大きさ15cm



佐倉警察署での認知症サポーター養成講座

また、郵便局や銀行、新聞販売、スーパーマーケット等の職域へも、認知症の対応に関するアンケート調査による実態把握と併せ、認知症サポーター養成講座とステッカーの掲示についてPRしました。

2. 認知症予防の推進

(1) 啓発リーフレットの配布、啓発強化月間の設定

早い時期から認知症予防について関心を持ち、予防を実践できるよう、特定健康診査受診時に配布する「健康手帳」に認知症予防について掲載しました。

また、認知症の発症は生活習慣病との関連も高いため、特定健康診査の結果から特定保健指導対象者に行う「健診結果説明会」において認知症予防のリーフレットを配布しました。

啓発内容	配布数
健康手帳	10,063
健診結果説明会	408

(平成 22 年 12 月末現在)

9 月を啓発強化月間とし、市の広報紙に認知症やその予防についての記事を掲載しました。

(2) 認知症予防講演会及び啓発イベントの実施

多くの市民に認知症についての正しい理解と予防に関する知識を深めていただくことを目的に、群馬大学医学部教授山口晴保氏による講演会とイベントを行いました。講演会には定員を上回る643名の申し込みがあり、認知症に対する市民の関心の高さが窺えました。

講演会参加者のアンケートでは、92%が内容を理解でき、84%が日常生活で実際に取り組みそうなことがあったと回答していました。

イベントは、市民劇団による寸劇や、認知症の人と家族の会による相談など、市民との協働で実施しました。

日時	9月11日(土) 10:00~16:30
演題	脳いきいき ~認知症予防のポイント~
内容	認知症の成り立ち、認知症を防ぐ生活の工夫、受診のタイミングと治療
参加人数	570名
会場	佐倉市民音楽ホール・臼井公民館



イベント内容	詳細	人数(人)
寸劇	公演:市民劇団「南座」 認知症ってなあに~地域でささえあおう~	161
相談コーナー	地域包括支援センター、認知症の人と家族の会、高齢者福祉課職員(権利擁護)による相談、家族の会パネル展示	7
ふまねっと体験	大きな網をふまないようにゆっくりと歩き、認知機能低下の予防と転倒予防を図る	55
脳年齢測定	1~100までのコマを数字盤に並べる時間を計測し、脳年齢を測定	90
懐かしの昭和展	昭和の年表、懐かしい物品(15点)、昭和にまつわるクイズ等を展示し、参加者の回想を促す	50

(3) 脳の健康度チェックの実施

参加者が現在の認知機能を認識し、認知症予防について学ぶことを目的に、脳の健康度チェックを行いました。ここでは、軽度認知障害のレベルの識別に優れるといわれている「ファイブ・コグ」(記憶、注意、言語、視空間認知、思考の5つの認知領域と運動機能を測定する高齢者用集団認知検査)を用いて検査を行いました。

検査の結果、AACD(加齢関連認知的低下)の可能性の方が30名(全体の40.0%)、認知症の可能性の方が7名(同9.3%)でした。このうち、14名が認知症予防教室に(頭すっきり若返り教室)参加し、4名が物忘れ相談を利用しました。

実施内容 (全2回)	第1回:ファイブ・コグ検査の実施 第2回:検査結果の見方と予防方法についての講話、個別面接
実施場所	3会場(佐倉、臼井・千代田、志津地区)
検査実施数	75名(平均年齢73.2歳)



(4) 体と脳のステップアップ講座(ふまねっと・回想法を用いた認知症予防教室)の実施

物忘れについて不安のある方に対して、認知機能低下の予防と転倒予防を図ることを目的に、体と脳のステップアップ講座を実施しました。

「ふまねっと」は、大きな網を床に敷いて、そ

の上を踏まないようにゆっくり歩く運動で、転倒予防に効果があるほか、注意・集中力、注意分割力などの認知機能を使う運動です。教室当初はなかなか指示どおりにステップを踏めない方も多くいましたが、回を重ねるごとに確実にできるようになっていました。グループ回想法は、「私の故郷」、「子供の頃の遊び」、「学校の思い出」、「憧れの人」をテーマに行いま

した。パソコン回想法®のシステムを使用して懐かしい映像を会場のスクリーンに投影し、映像を見た後に5～6名のグループで回想を行ったところ、活発なコミュニケーションが交わされていました。

実施内容 (全4回)	ふまねっと運動(60分) グループ回想法(60分)
実施場所	1会場(志津地区)
参加実人数	14名(平均年齢74.6歳)



3. 認知症の相談体制の整備・人材の育成

(1) 権利擁護に関する普及啓発

「もし私が、家族が、認知症になったら…地域で安心して暮らせるために知っておきたい『成年後見制度』」をテーマとして、1月29日に成年後見制度講演会を実施しました。(社)成年後見センター・リーガルサポート千葉県支部長で司法書士の長谷川秀夫氏を講師に迎え、身近な相談先の紹介として、社会福祉協議会や包括支援センター等の相談先を案内しました。

(2) 認知症コーディネーターの育成と設置

地域での認知症ケアを推進し、相互に連携しながら有効な支援を行う認知症コーディネーターを養成するための研修会を12～2月に全4回開催しました。地域包括支援センターの職員、介護事業所のケアマネージャーや施設職員、薬剤師等の40人が受講しました。研修内容は、センター方式による認知症ケアの実践のほか、認知症認定看護師の活動、認知症の人と家族の会の世話人による介護家族の気持ちの理解等の講義を行いました。



センター方式研修の様子

また、日常生活5圏域の地域包括支援センター職員が中心となり、各圏域ごとに地域の資源を情報交換しながら、認知症の人の視点に立った多職種協働による地域資源マップの原案づくりを行いました。

完成した地域資源マップは、ホームページへの掲載、地域包括支援センター・介護事業所・公共機関等へ配置し、広く市民に公表していきます。

(3) キャラバン・メイトのつどいの開催

市内で活動するキャラバン・メイト同士の交流と知識の向上を図るため、5月に集いを開催しました。また、キャラバン・メイト通信(不定期)による最新情報の提供を行っています。

4. 医療との連携、認知症の早期発見・早期治療

(1) 佐倉市認知症地域ネットワークの設立に向けて

認知症高齢者や認知症の方を抱える家族を支えるために、認知症への対応を行う人々や医療、介護の拠点等の「地域資源」をネットワーク化し、相互に連携を図りながら地域で認知症対策を推進するため、医師会等との医療連携を進めました。

10月11日には、医師会・薬剤師会・歯科医師会の三師会の主催による市民公開講座「認知症地域ネットワーク構築に向けて」が開催され、300名以上の市民が参加しました。

また、認知症に関する相談から早期受診、早期治療、ケア、家族支援と継続的・包括的に実施するため、「認知症窓口医」の設置と、医療機関と相談者のパイプ役となる地域包括支援センターとの連携に向け、先進市より講師を招き、「認知症に関する医療連携及び医療と介護の連携研修会」を11月30日に実施しました。今後はさらに、各地域包括支援センターを核とした「地域資源」のネットワーク構築に向けて取り組んでいきます。



IV 課題

職域への認知症の対応に関するアンケート調査では、認知症の方との対応に不安や困惑した事例がありながらも、認知症サポーター養成講座を開催したいという希望が少ないという結果でした。また、講演会等でを行った市民へのアンケート調査でも70%が認知症サポーターを知らないと回答していました。これらのことから、認知症サポーター養成講座や認知症予防について若い世代にも関心を持っていただけるよう普及啓発を行っていきたいと考えます。

予防の面では、ファイブ・コグでAACDの可能性ありの方が全体の40.0%を占める結果であったため、多くの方が継続して取り組めるような予防対策が必要です。

佐倉市内5圏域毎の地域包括支援センターが核となり、圏域毎に複数の認知症コーディネーター、「窓口医」の配置が整い始め、「認知症地域ネットワーク」構築に向けて一步一步進んでいます。今後は、地域包括支援センター、窓口医、認知症コーディネーター、認知症患者(家族)等との情報の共有や連携を図るための具体的な取り組み、方向性を定めていきたいと考えます。