

# 認知症になっても地域で支え合い助け合うまち

## いすみ市を目指して

いすみ市 健康高齢者支援課

### 1. いすみ市の概況

いすみ市は、千葉県の南東部に位置し、45km 圏内に千葉市、75km 圏内に首都圏の主要都市があるため、毎年多くの老若男女が、自然豊かな環境を求めて移住して来ています。「行ってみたいまち、住みたいまち、子供に優しいまち、高齢者が住みやすいまち」を目指しています。

本市の面積は、157.44km<sup>2</sup>で、平成 17 年 12 月 5 日に、夷隅町、大原町、岬町が合併して、千葉県内 34 番目の市として誕生しました。千葉県内において名前にひらがなを用いた市町村は、いすみ市が初めてで、唯一の存在です。

平成 29 年 4 月現在の医療体制は、病院が 2 施設（ベッド数 294 床）、一般の診療所は 17 施設（ベッド数 31 床）、歯科診療所 16 施設、薬局 20 箇所となっています。

また、介護保険入所施設として、特別養護老人ホーム 5 施設（298 床）、老人保健施設 3 施設（300 床）、認知症対応型共同生活介護施設 6 施設（81 床）があります。

高齢者支援のために、地域包括支援センターを直営で 1 箇所設置すると共に、総合相談窓口を各地域の特別養護老人ホーム 3 施設へ委託しています。

また、今年度より「認知症初期集中支援チーム」を設置し、認知症になってもできるかぎり安心して、住み慣れた地域で生活できるようにサポートを行っています。

#### (1) 人口、高齢化率

年 度	人口（人）	65 歳以上の人口（人）	高齢化率（%）
平成 18 年 4 月 1 日	43,442	12,524	28.80
平成 29 年 4 月 1 日	39,189	15,021	38.33

## (2) 市町村別高齢化率（千葉県内）

平成 18 年 4 月			平成 29 年 4 月		
順位	市町村名	高齢化率 (%)	順位	市町村名	高齢化率 (%)
1	御宿町	35.4	1	御宿町	48.5
2	鋸南町	33.3	2	鋸南町	45.1
3	南房総市	32.8	3	南房総市	43.3
4	大多喜町	30.0	4	勝浦市	40.8
5	長南町	30.0	5	大多喜町	39.3
8	いすみ市	28.8	7	いすみ市	38.3

## (3) 要支援・要介護認定者数

要支援・要介護度	人数 (人)
要支援 1	211
要支援 2	284
要介護 1	541
要介護 2	522
要介護 3	417
要介護 4	376
要介護 5	220
合 計	2,571

※平成 29 年 4 月 30 日

## (4) 日常生活自立度（寝たきり度）

ランク	判 断 基 準	人数 (人)
ランク J	何らかの身体障害を有するが、日常生活はほぼ自立し、一人で外出することができる。	363
ランク A	食事、排泄、着替えについては自分で行い、留守番等は出来るが、外出には介護者の援助が必要。	1,472
ランク B	座位を保ち、日中もベッド上での生活が主である。車イスに移乗し、食事・排泄はベッドから離れて行う。	543
ランク C	一日中ベッドの上で過ごし、食事・排泄・着替えのいずれにおいても、全面的に介助が必要。	193
合 計	(寝たきり状態の者)	736/2,571

※平成 29 年 4 月 30 日

(5) 認知症高齢者の日常生活自立度別人数

ランク	判断基準	人数(人)
自立	認知症の症状はない。	517
I	何らかの認知症を有するが、日常生活はほぼ自立。	545
II	日常生活に支障をきたす症状、行動、意思の疎通の困難が多少あるが、誰かが注意していれば自立。	740
III	日常生活に支障をきたすような症状、行動や意思の疎通の困難さがみられ、介護を必要とする。	537
IV	日常生活に支障があり、行動や意思疎通の困難さが頻繁にみられ、常に介護を必要とする。	205
M	著しい精神症状や問題行動、あるいは重篤な身体疾患がみられ、専門医療を必要とする。	27
合計	(認知症の症状のある者)	2,054/2,571

※平成 29 年 4 月 30 日

2. 高齢者への支援体制

1. 高齢者支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・見守りあんしん電話事業</li> <li>・高齢者緊急医療情報キット配布事業</li> <li>・孫の手生活援助事業</li> <li>・介護用品支給事業(独居・家族)</li> <li>・在宅高齢者生活管理指導短期宿泊事業</li> </ul>
2. 高齢者見守り	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者見守り活動事業</li> <li>・高齢者見守りネットワーク</li> </ul>
3. 介護予防活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防教室</li> <li>・出前介護予防教室</li> </ul>
4. 認知症の正しい理解の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症サポーター養成講座</li> <li>・認知症サポーターステップアップ講座</li> </ul>
5. 認知症の人の介護者への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症予防カフェ(ボランティアグループによる自主活動)</li> <li>・認知症初期集中支援チーム</li> </ul>

### 3. 認知症サポーターフォローアップモデル事業への取り組みまで

認知症になっても、安心して地域で暮らせる地域づくりを推進するため、「認知症サポーター養成講座」を平成18年度より開催し、認知症の正しい理解の普及啓発を行っています。この認知症サポーター養成講座は、民生委員・長寿会・警察署・銀行・市役所職員等を対象に開催しています。平成27年度からは、将来の地域の担い手となる中学生（一部地域）を対象に、また、今年度中には高校生及び小学生を対象に開催を予定しており、若いサポーターが増えてきました。いすみ市のサポーターは、1,467人となりました。

また、9月には認知症サポーター養成講座を受講した方を対象に、更なる理解を深めるために、いすみ市では初めてとなる「認知症サポーターステップアップ講座」を千葉県認知症ケア専門士会専門士の講師のもと開催しました。

今回、この多くのサポーターの能力を高め、地域の実情に併せた活用促進にとりくむべく、「千葉県認知症サポーターフォローアップモデル事業」により講座を開催することとしました。

認知症サポーター養成講座開催回数及び養成人数（人）

年度	18	19	20	25	26	27	28	29	合計
回数	2	10	9	4	6	15	6	7	59
人数	56	231	228	108	117	402	195	130	1,467

平成29年10月末現在

### 4. 千葉県認知症サポーターフォローアップモデル事業の実施概要

#### (1) 開催日程

	1回目	2回目
会場	特別養護老人ホーム いすみ苑	特別養護老人ホーム 愛恵苑
日時	平成29年11月8・9日 10:00~16:00	平成29年11月18・19日 10:00~16:00
定員	20名	30名

#### (2) 講師

- ・千葉県認知症ケア専門士会専門士 2名
- ・キャラバンメイト 2名

### (3) 募集方法

9月26日	いすみ市ホームページ掲載
	広報10月号掲載
10月2日	募集開始
	市役所・公民館にチラシ配布
	市内のスーパー・薬局(15件)、介護施設(6件)にチラシ配布
	認知症サポーター養成講座受講団体へ案内文送付
	県ホームページ掲載
10月23日	募集締め切り
10月27日	防災行政無線にて募集(2回目開催のみ)

### (4) 講座内容及び実績

講座開催条件は、2日間の講座を2回以上行うことと認知症高齢者とのふれあい体験を行うことでした。そのため、高齢者施設の協力が必要となり、市内の特別養護老人ホーム2箇所を会場に設定しました。1回目を平日に、2回目は平日に参加できない学生や勤労者にも参加していただくために土日での開催としました。



参加者は1回目が18名、2回目が14名の計32名で平均年齢は70歳となり、若い参加者はいませんでした。

講座の中では終始活発な意見が飛び交い、笑いの絶えない充実した講座となりました。講座終了後のアンケートでは、認知症の知識が深まったとともに、ふれあい体験がよい経験となったという意見

が数多くありました。また、これからのサポーター活動については、高齢者の集いの会など、いつか地域の方々の役に立ちたいという前向きな意見が多くありました。

講座内容・参加状況									
講座内容	1 日 目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症の基礎知識及び認知症の人を理解するための基礎知識</li> <li>・認知症ケアにおけるコミュニケーション</li> </ul>							
	2 日 目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症の人の生活環境を考える</li> <li>・認知症高齢者とのふれあい体験（120分）</li> </ul>							
参加者 (人)		人数	性別	40 歳代	50 歳代	60 歳代	70 歳代	80 歳代	小計
	1 回 目	18	男性				1	1	2
			女性	1	1	9	3	2	16
	2 回 目	14	男性			1	3		4
女性				1	4	5		10	

※参加者の声

(講座の成果は)

- ・認知症の方とのふれあい体験を通して、対応の仕方やコミュニケーション、笑顔の大切さを知った。
- ・認知症の方との気持ちの共感、尊厳の大切さを知った。自分自身の人間形成になった。
- ・知識も必要だが、高齢者とのふれあい体験はボランティア活動をしている自分にとっても役に立った。実際に体験することが一番だと思った。
- ・認知症の母を在宅介護しているが、母に対しての接し方が正しくないことが分かり、母に申し訳ない気持ちで一杯になった。

(これからのサポーターとしての活動について)

- ・認知症の方に限らず地域の方への声かけ、見守りを心がけていきたい。
- ・自分の周りの高齢者から始め、自信を付けて活動していきたい。
- ・現在1施設にボランティアに行っているが、他の施設にも行ってみようと思いがついた。
- ・限られた時間の中でどれだけの事が出来るか分からないが、見守り活動を自分のライフワークとしたい。
- ・お節介お婆さんになり、行政に繋がりたい。
- ・認知症に対してハードルを下げ、さりげなく関わって行きたい。

#### ※講師の声

・この講座は、認知症高齢者とのふれあい体験という大きな目標を定め、認知症サポーター養成講座で学んだ認知症の基礎知識の復習、認知症の人とのコミュニケーションや、支援方法を習得できる良い流れで組み立てられていると感じた。また、自ら学びたいという人達の前向きな姿勢により講座は充実したものとなった。

・講座の中に度々出てくるグループワークでは、各グループにファシリテーター役のように講師がつくことにより意見が行き詰まった際にアドバイスができ、グループワークをより深く、円滑に進めることができた。

#### 5. 終わりに

認知症の人が尊厳を保ちながら、生活の質を落とすことなく、住み慣れた地域や家庭で安心して暮らすためには、その方を取り巻く身近な方たちが認知症を理解し温かく見守り支援することが必要です。そのためいすみ市では、高齢者と接することが多いスーパーの販売員、金融機関、郵便局の職員等を対象に認知症サポーター養成講座を定期的実施してきましたが、さらに将来の地域の担い手であり、身近な存在として小中学生にサポーターになってもらおうと考え、すでに一部の学校では養成講座を開催しています。この活動を市内全域に広げ、若い世代のサポーターの活躍を期待しています。

また、今後認知症高齢者の増加が見込まれることを踏まえ、認知症高齢者の生活を支え合う地域社会づくりが求められています。

平成29年度よりボランティアにより開催されている認知症予防カフェは、平成30年2月より2箇所増設され試行開催することになりました。先の認知症サポーターフォローアップ講座の受講者4名も、運営の要として活躍されています。いすみ市では、このような地域で支え合う活動を行っている団体に対して、平成30年度より運営費等の支援を行うことになりました。併せて今年度は、包括支援センターに認知症初期集中支援チームが設置され、認知症の早期診断、早期対応につなげることで、認知症になってもできるだけ安心して住み慣れた地域で生活できるよう支援を継続していきたいと考えています。