

ともに時間をすごすことから生まれる変化

第三者的伴走者からみえたこと

一般社団法人ボーダレス
鬼頭 史樹

自己紹介（立場がわかりにくいので）

- 社協職員（本業）と**一般社団法人ボーダレス**代表理事のふたつの立場
- 令和4年度まで**名古屋市北区西部いきいき支援センター**（委託包括）にて、地域包括職員として区の認知症関連事業を展開
（現在は異動によって市内の別の区の社協にて重層的支援体制整備事業に従事）
- 令和4年度厚労省老健事業「**チームオレンジの整備促進に関する調査研究**」委員会委員（包括職員の立場で参画）
- borderless with dementia（現 一般社団法人ボーダレス）メンバーとして、令和4年度厚労省老健事業「**認知症の人本人の声を市町村施策に反映する方策に関する調査研究事業**」のパイロット調査参加自治体（各務原市、岡崎市、名古屋市北区）の伴走支援を実施
- 現在は一般社団法人ボーダレスとして、東海地方を中心に複数の自治体の認知症関連事業の伴走支援・相談対応を実施中

本人が話し合う場づくり・担当者が本人とともに過ごすことが施策への反映の近道

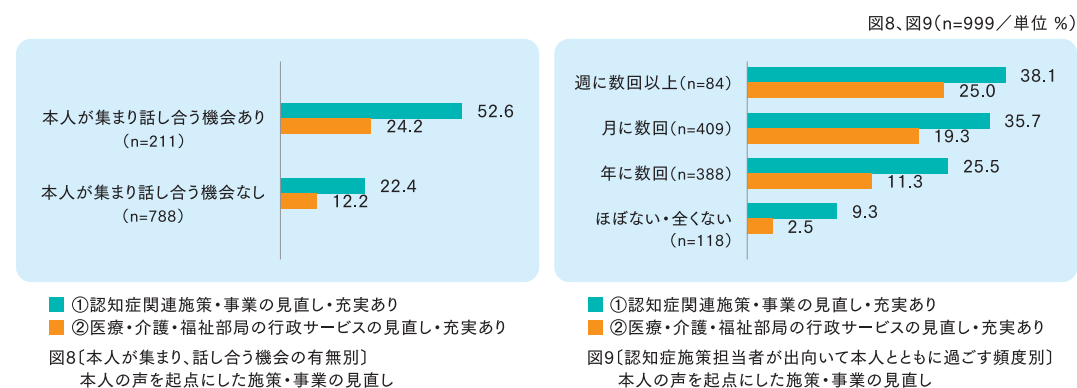
全国自治体調査から

認知症施策推進大綱(令和元年6月)に「認知症の人本人が、自身の希望や必要としていること等を本人同士で語り合う『本人ミーティング』の取組を一層普及する。市町村はこうした場等を通じて本人の意見を把握し、認知症の人本人の視点を認知症施策の企画・立案や評価に反映するよう努める。」とされ、自治体においても本人の視点が重要であるという認識は浸透してきています。しかし、全国自治体調査からは、認知症の本人の視点の施策への反映は、未だ手探りであることが見てとれました。

そんななか、過去3年以内に、本人の経験や声をきっかけとして、または本人が参加しながら始めたり見直したりしたこととして、比較的多くの市区町村があげたのが、「①認知症関連施策・事業の見直し・充実(28.8%)」「②医療・介護・福祉部局における行政サービスの見直し・充実(14.7%)」でした(p.09)。

そこで、①②の取組みを行っている自治体にはどんな特徴があるかを検討してみたところ、「本人が集まり、本人同士で自らの体験や必要なことを話し合う機会(本人ミーティング等)の有無」、「認知症施策担当者が、本人が活動する場や出かけていくところ(買い物や趣味、デイサービス、通いの場やサロン、語りあいの場、認知症カフェ等)に足を運んでともに過ごす機会の頻度」が鍵になることがわかりました。

まず、本人が集まり、話し合う機会の有無別にみると、機会ありの自治体で、機会なしと比べて本人の声を起点に／本人とともに①②に取り組んだ割合が大幅に高くなっています。次に、認知症施策担当者が地域に出向いて本人とともに過ごす機会の頻度(担当者が複数の場合は全員分を合算)別にみると、①②ともに担当者が足を運ぶ頻度が高い自治体ほど、本人の声を起点に／本人とともに取り組んだ割合が高い傾向が見られ、①については、その頻度が年に数回に満たない自治体では取り組んだ割合がぐっと低くなっています。



認知症の本人の意見を把握して、施策を見直したい・充実させたい、さまざまな事業が本人(住民)の暮らしやすさにつながるようにしたいと思ったら、本人が集まって安心して語りあえる環境があるか、関係者とともに地域を見渡すことから始めてみてはいかがでしょうか。そして、認知症施策担当者が少なくとも月に数回は本人の暮らしの場・活動の場に足を運んで認知症のある方とともに過ごす機会を確保すること。

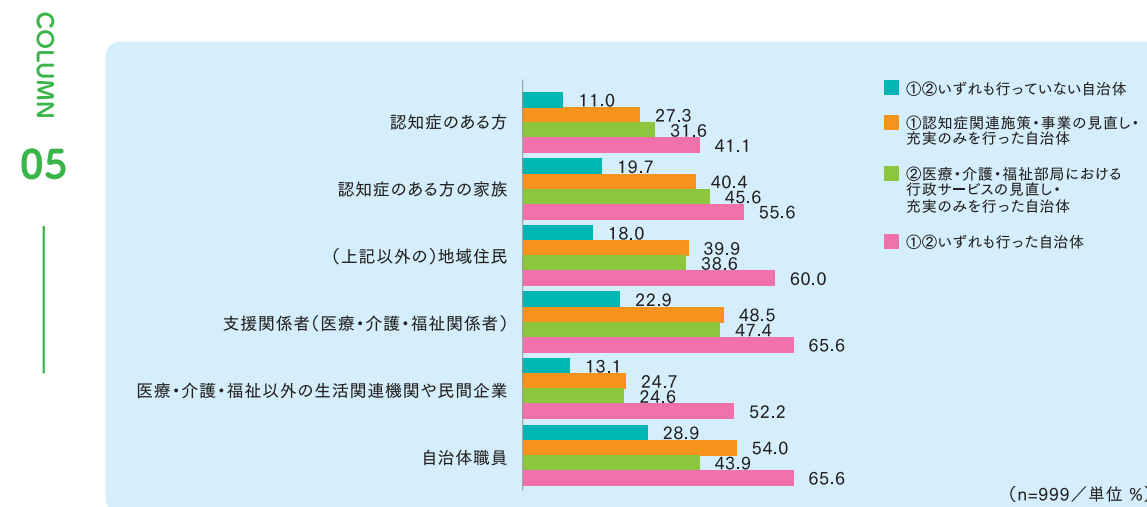
1人ひとりの声のうしろに、地域のさまざまな課題と可能性が浮かび上がるはずです。

本人の声を施策へ反映するなかで、地域全体の人々の行動が変わる

全国自治体調査から

実際に、本人の声を起点に／本人とともに施策・事業の見直しや充実に取組むと、何が変わっていくのでしょうか。ここでも、過去3年以内に、本人の経験や声をきっかけとして、または本人が参加しながら始めたり見直したりしたこととして、比較的多くの自治体があげた(p.09)「①認知症関連施策・事業の見直し・充実」「②医療・介護・福祉部局における行政サービスの見直し・充実」を取り上げて、認知症の本人の声からこのような取組みを行うことでもたらされる変化を確認してみます。全国自治体調査では、認知症施策担当者の立場からみた、本人の声の把握・検討・反映を通じた日常生活や業務のなかでの変化を、認知症のある方／認知症のある方の家族／(それ以外の)地域住民／支援関係者(医療・介護・福祉関係者)／医療・介護・福祉以外の生活関連機関や民間企業／自治体職員それぞれのそれぞれについて答えて頂きました。

そこで、①②の取組みの実施状況別に、それぞれの対象者について「本人の声の把握・検討・反映を通じた、日常生活・業務のなかでの行動の変化があった」と回答した自治体の割合をみてみました(図10)。



例えば、認知症のある方の日常生活の中での変化は、①②の取組みを行っていない自治体では11.0%でしか起きていません。一方、本人の経験や声をきっかけとして、または本人が参加しながら①②の取組みを行っている、約4倍の41.1%の自治体において行動の変化があったことが分かります。これらの取組みに本人が参加するようになったことも大切な行動の変化です。本人だけでなく、そのご家族、地域住民、さらには支援関係者や他業種の機関・企業、自治体職員においても同様の変化があらわれています。

本人の声から、本人とともに施策・事業・行政サービスの見直し・充実を進めていくことは、きっと地域全体が変わっていくことにつながります。

自治体担当者の方からよく聞く声

本人とどう出会い、
どうともにすごせばいいかが、
わからない

岐阜県・中津川市

包括・在介職員が日頃関わる本人と家族の声を改めて聴きに訪問。
関係者に共有・啓発資料の作成等により仲間を増やすために動き出す



中津川市 地域包括支援センター・
在宅介護支援センターのメンバー

関係者からのコメント

壁を感じていたが今後の地域づくりに繋がっていくことが分かり前向きになった。やってみて分かることがたくさんあり、思いが繋がっていく気がした。

背景

認知症施策推進大綱や認知症に関する研修等においても、本人の視点の重要性が語られていたが、困りごとを聞く、介護負担の軽減を図るという考えがまだ根深いと感じていた。そこで、地域包括支援センターや在宅介護支援センター職員による「オレンジ委員会」のメンバーが、まずふだん関わっている認知症の人を訪問して改めて声を聴くことから始めることにした。

取組みの経緯

2020年度は、オレンジ委員会のメンバーが日常業務のなかでかわりのある認知症のある方を訪問して「**困りごと**」からではなく「**やりたいこと**」から話を聴いた。「今まで自分の気持ちを聞いてくれる人がいなかった」ととても喜んでもらい、メンバーからは、従来高齢者の実態把握訪問では本人ができなくなったことや困りごとを聞き出そうとしていたが、これからは希望を聞いていきたいという声があった。2021年度には、認知症の人の家族の声を把握を行った。本人の声は、それぞれ**手元で記録**したうえでメンバーで振り返りを実施、**1つのシートに分類**してまとめ、これを**市内全体の地域包括支援センター・在宅介護支援センターの定期会議（支援センター部会）**で共有した。2022年度は、本人・家族の声を広く共有す

るため、認知症サポーター養成講座や、学校や窓口など、**いろいろな場面で使える資料を作成した**。今回資料を図書館で**掲示し、市民の認知症に対する考えを聴く活動**も行った。また、**学校の講座で使用するなど少しずつ活用を始めている**。さらに、**地域包括支援センターや在宅介護支援センター、居宅介護支援事業所等に広く声をかけ、「認知症の人の声を聴く」ための姿勢を学ぶための研修（p.38）に参加し、さらに本人の声を地域に展開したいと考えている**。

ふりかえり・今後に向けて

認知症の本人が、みなと同じようにやりたいことを持っていること、守りたいことがあること、億劫に思ったり、不安・寂しい気持ち、そして自分にできることに気づいてほしい気持ちなどさまざまな感情を抱えていることに改めて気づいた。オレンジ委員会のメンバーからは「お互い気持ちよく話ができてよい関係ができた」「**拾った言葉は地域課題につながる宝物**」「**普段の業務のなかで声を拾い続け、声の実現に向けて動いていきたい**」等の振り返りがあった。今後は、生活支援コーディネーターとの共有など、身近なところで本人の希望を叶えられる土台を構築するとともに、福祉部門全体の意識変化につなげ、他部門にも共有を行っていく。



本人への聞き取り（イメージ）



定例会議の様子



認知症の啓発資料

※本文中のハイライト表示

ブルー（STEP1：認知症の本人の声を把握・本人同士の語り合い）、オレンジ（STEP2：記録・蓄積・共有）、グリーン（STEP3：地域づくりのアクション・市町村施策への反映）

岐阜県・各務原市

日常業務を「声」を聴く機会ととらえなおし、介護予防事業の場でも本人の声を可能性を言葉だけでなく写真や動画で記録・蓄積を開始



高橋 浩子さん
（各務原市 高齢福祉課）

関係者からのコメント

どのように取り組むべきか悩む方も多いと思いますが、他地域の行政担当者から学ぶことがたくさんあります！一緒に頑張りましょう！

背景

令和元年度、市の認知症講演会で県外の認知症の本人に講演いただき、講師の本人の協力で「出張本人ミーティング」を初開催。市内在住の認知症の方の参加もあった。それをきっかけに、地元の本人と地域包括支援センターで「本人ミーティングをしよう」と盛り上がったが、コロナ禍となり実現が叶わなかった。本人の声を聞かなければ…という思いはあったが実行に至らなかった。

取組みの経緯

あらためて「本人の声」とは何かを考えるため、認知症地域支援推進員の連絡会（毎月1回開催）に、和歌山県御坊市の職員で認知症地域支援推進員の谷口泰之さんにゲストとして来てもらい、意見交換を行った。そこで、行政の窓口や推進員の実践の中で、すでに本人の声を聴いているということ、それらを記録する重要性を学んだ。御坊市の取組みを参考に、各推進員と高齢福祉課が共有できるフォルダに「**本人の声共有シート**」を作成し、蓄積を始めた。シートの内容は「**だれが、いつ・どんな場面でどんな言葉**」を書き留めておくもので、各推進員と高齢福祉課が随時更新・確認を行えるようになっている。

ふりかえり・今後に向けて

以前は本人の声よりも周囲の声を聴いていたが、共有シートには本人が発したままの言葉が記録されており、言葉からその本人の顔が思い浮かぶため、今後のアイデアを想起しやすくなった。かしこまった場ではなく、日常のなかで本人が語る言葉を聴き取っていくことを大事にしたい。パイロット調査への参加で、認知症の本人も一市民であり、市民の声を聴くことが原点だと感じた。本人の声を蓄積していくことで、取組みや施策につながる期待感があり、今後も推進員と高齢福祉課職員で連携して、声を受け止める感性を磨きながら継続していきたい。



谷口さんの意見交換会



はたけサロン・コスモスを栽培



はたけサロン・世代を超えて交流

愛知県・名古屋市北区

「本人のつどい」でのつぶやきを「アイデアミーティング」で多様な人と共有。
ともに楽しみ学ぶ機会としてフィールドワークを実践



後藤裕一さん
(株式会社 大関 代表取締役)
※アイデアミーティングとフィールドワークに参加

関係者からのコメント

最初はフィールドワークがこんなに重要だと思ってなかったんです。でも、いっしょに陶芸をやってみると楽しいし、いろんな学びがありました。フィールドワークでは「人と出会う」ことができ、それがとても大切だと感じています。

背景

令和2年度から「認知症フレンドリーコミュニティ事業」を開始。事業を通じて、本人同士、本人と企業、学生、認知症サポーターなど多様な主体の出会いからコミュニティが醸成されていくことを実感、「本人のつどい」や「認知症×まちづくりアイデアミーティング」を実施してきている(p.05参照)。実践・協働のプロセスをまとめた「北区認知症フレンドリーコミュニティガイド」には、本人のつぶやきからトライ&エラーを繰り返しまちづくりを進めることを明記した。同年、「北区認知症フレンドリーコミュニティ宣言」を行った。

取組みの経緯

令和3年度のアイデアミーティングで出た「お出かけをした」という本人の声をきっかけに、実際に「フィールドワーク」として小牧城、犬山城等を散策した。一緒にお出かけすることで、改めて「外出」の大切さを認識するとともに、認知症の方の「外出」には、準備や移動、目的地での活動等各段階で、いろいろなバリアがあることに気づき、令和4年度のテーマを「外出」とした。「お出かけ」をテーマにアイデアミーティングを実施し、「陶芸

をしたい」という本人の声をもとに、前年度アイデアミーティングに参加していた愛知県瀬戸市の当事者グループにコンタクトをとり、北区×瀬戸市の当事者で陶体験フィールドワークを実施することに。事前準備として、北区と瀬戸市の当事者、福祉課職員や認知症地域支援推進員で作戦会議を行い、待ち合わせ場所や交通手段などについて話し合った。

当日は、北区から地下鉄等を使って一緒に移動。瀬戸市チームと合流し、ともに陶芸づくりを楽しんだのち、本人ミーティングも開催した。

ふりかえり・今後に向けて

ともに外出して自動改札機や発券機でのつづきも一緒に体験することで、認知症の人の移動にはまだまだバリアがあると再確認。今後、交通関係機関や企業に報告会への参加を促すとともに、気づきとアイデアをリーフレットにまとめて配布する予定。

本人の声共有シートは、区役所内の関係各課、他団体にも、関連する声、課題やアイデアを伝えたい。そして、今後も本人の「やりたいこと」を起点に、多様な人々とともに楽しむ「フィールドワーク」を実施していきたい。



犬山城フィールドワーク



アイデアミーティング



陶芸体験フィールドワーク

※本文中のハイライト表示

ブルー(STEP1:認知症の本人の声を把握・本人同士の語り合い)、オレンジ(STEP2:記録・蓄積・共有)、グリーン(STEP3:地域づくりのアクション・市町村施策への反映)

愛知県・岡崎市

地域で生まれた本人の集いはおしゃべり中心からやりたいことを実践する場へ。
行政は周知等の後方支援に加え一緒に参加して活動



兵藤 晃一さん・兵藤 順さん
(本人ミーティングin岡崎・主催者)

関係者からのコメント

その人とつながることができる。まずはやってみる。本人の声を聞くとは出会い、対話し、ともに過ごし、喜びを感じることだと思う。

背景

令和2年度、愛知県ピアサポート活動支援事業の一環として行われた、他市在住の本人による講演会と出張ピアサポート(ともにオンライン)に、平成27年から若年性認知症カフェを運営していた兵藤さんが参加。カフェの在り方に悩んでいた兵藤さんは、講演会を通じて、本人とともに時間を過ごすこと、声を聞くことの重要性に気づき、カフェを再編して「もの忘れのつどい」(のちの本人ミーティングin岡崎、月1回開催)を立ち上げた。行政は、市内に広がりつつある認知症カフェ等の中には当事者の参加が少なく、どのように本人の声を聴いてよいのか課題意識があり、兵藤さんからの周知の協力依頼をきっかけに、市職員の参加、市政だよりでの周知といった後方支援を開始。

取組みの経緯

もの忘れのつどいは当初、おしゃべり中心だったが、参加する本人の声から「やりたいこと」を実践する場になってきた。例えば「スマホにチャレンジしたい」という一言から、翌月には「スマホ教室」を実施。参加者Aさんは初めてのスマホを購入して教室に臨んだ。スマホの操作や、LINEの使い方を学びあい、

つどいのオープンチャット(LINEの機能)を立ち上げてメンバー同士の交流を開始した。

そのほか、「外出したい」という声から、市内の公園での紅葉狩りを企画。市職員や地域包括支援センターの職員も参加し、ともに楽しみながら声を聴くことができた。つどいの立ち上げ時からのメンバーであるBさんは、「仲間が増えてうれしい」と語った。その後、市主催の研修会で、兵藤さん、Aさん、Bさんが登壇し、本人ミーティングin岡崎の実践報告を行い、本人による発信の機会をつくることができた。

ふりかえり・今後に向けて

本人ミーティングin岡崎では、自宅や介護サービス利用よりも本人の表情や会話が豊かになる。本人が集い、安心して語れる場があり、そこに市職員や推進員が参加して、支援者ではなく一緒に活動する仲間になることが、「本人の声」を拾って実現するにあたって重要なプロセスであることがわかった。本人ミーティングin岡崎が地域から立ち上がってきたように、市内で多くの取組みが生まれていることから、行政としては、地域の活動を把握して、関係者が情報共有する機会を作り、地域ごとの後方支援を行ってきたい。



つどいの中でスマホ教室を開催



市職員や包括職員とともに紅葉狩り



本人ミーティングin岡崎の実践報告



アイデアミーティング（名古屋市北区）



いっしょに陶芸をしてみる（名古屋市北区）



市内の公園をいっしょに散歩してみる（岡崎市）

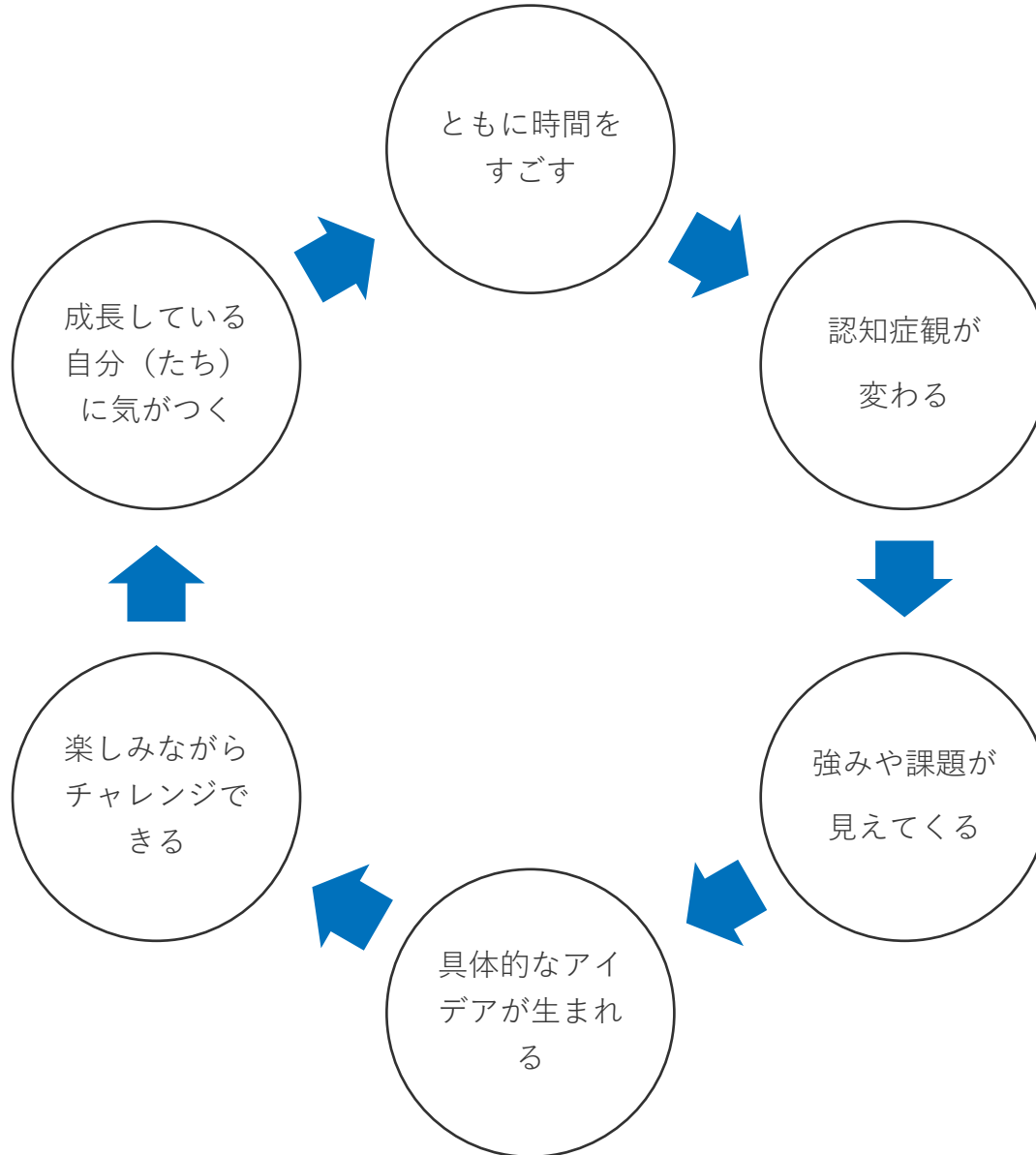


いっしょに土いじりをする（各務原市）





ともにすごすことで生まれる変化（第三者から見て）



好循環は、自治体担当者はもちろん、地域のプレイヤー、そして本人にも起きていき、地域をかえていく

伴走者としてしていること・できること

情報提供

- 先進的な事例や他の自治体の取り組みの情報を提供
- 他の自治体担当者等と実際に会って情報交換する機会をつくる

場づくり

- 認知症カフェや本人ミーティングなど、すでに地域にある本人と出会う場をブラッシュアップ
- 地域のプレイヤーとの接点づくり（研修やワークショップなど）

後押し

- これまで気がついていなかったことを言語化する
- 「まずはやってみましょう！」と背中を後押しする
- **トライ&エラー**の意識づくり

ヨソモノの伴走者だからこそ気がつくこと・
できることもある