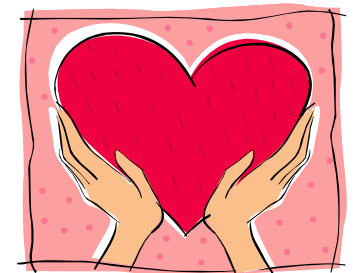


認知症対策事業の取組みについて

～本人と家族を支援する体制づくり推進のために～



長寿社会政策課企画推進班

技師 斎藤 絵美(保健師)

はじめに

自分自身の事として 想像してみてください

(架空の事例です)





私は、50代の公務員です。

配偶者と2人で暮らしています。子どもが2人いますが、どちらも県外で暮らしています。

3カ月ほど前から、常に頭にモヤがかかったような変な感じがしています。最近では、仕事に行くのが毎日おっくうでしかたがありません。

パソコンのパスワードをしょっちゅう忘れ困ったり、会議では何の話題なのかわかっているいけないこともありました。

また、色々と頼まれることにも、以前のように淡々とこなすことができません。すぐに忘れてしまうので、手帳は欠かさず身につけるようになりました。

仕事では、常にイライラ。些細な事で、部下に厳しい口調で当たってしまうことが多くなりました。

家では、以前より配偶者との会話が少なくなり、自室で一人でいます。夜は、強めのお酒を飲むことでやっと寝ることができます。

私の様子を見かねた上司から、「最近疲れているようだね。精神的な病気が心配だから、一度病院に相談してみてもどうか」と話がありました。

私も、このままでは、今までの自分でなくなっていくようで怖かったので、知り合いの保健師から教えてもらった医療機関を、配偶者には言わずに一人で受診しました。

医療機関では、医師に仕事の時に困っていることや、夜眠るためにお酒を飲んでいることを話しました。

その後、質問形式の検査、MRIなどの一通りの検査をしてもらいました。

最後に、医師から「次の受診の時は、検査結果についてお話するので、配偶者と一緒に来てください」と話がありました。

さすがに、『大変な病気かもしれない』と心配になったので、配偶者に話し、2週間後に一緒に受診しました。

医師から、「最初は気分障害（うつ病）を疑いましたが、検査から認知症と診断しました」と話がありました。

その時、あなたは・・・





認知症について、
どのように理解していますか？

認知症の考え方(診断基準から)

(かかりつけ医認知症対応力向上研修より)

記憶の
障害
(もの忘れ)

+

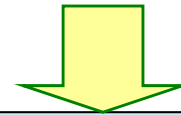
判断力が低下している。
計画や段取りを立てられない
見当がつけられない。

+

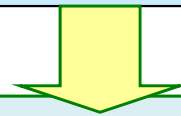
意識障害
がない



社会生活・対人関係に支障がある。
(本人・家族等からの聞き取り)



脳検査で病変が確認できる。うつ病ではない。



総称

認知症

年齢は
問いません

「もの忘れ」の違い

心配しすぎに
注意！

加齢により誰にでもある「もの忘れ」	認知症の「もの忘れ」
体験の一部を忘れる (おとといの晩ごはん何だっけ?)	体験の全体を忘れる (今日の朝ごはん食べたっけ?)
記憶障害のみがみられる (忘れても対応する手段をとれる)	記憶障害に加えて判断力低下等も 見られる (忘れたことに対応困難)
物忘れを自覚している	もの忘れの自覚に乏しい
時間・場所・人が分かる	時間・場所・人の見当が つけられなくなる
つじつまの合わない会話は みられない	しばしば事実のない会話が みられる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたす
徐々にしか進行しない	次第に進行していく

認知症の原因となっている病気

(かかりつけ医認知症対応力向上研修より)

変性疾患	アルツハイマー型認知症, レビー小体型認知症, 前頭側頭型認知症, など
脳血管障害	血管性認知症 (脳梗塞・脳出血等の後遺症)
感染症	脳炎, 進行麻痺, エイズ脳症など
腫瘍	* <u>脳腫瘍</u>
中枢免疫疾患	神経ベーチェット, 多発性硬化症 など
外傷	* <u>慢性硬膜下血腫</u> , * <u>外傷性脳出血</u>
髄液循環障害	* <u>正常圧水頭症</u>
内分泌障害	* <u>甲状腺機能低下症</u>
中毒, 栄養障害	アルコール依存症・* <u>ビタミン欠乏</u> など



認知症の症状を示す病気はたくさんあります。
早期治療により改善する病気もあります(*印)

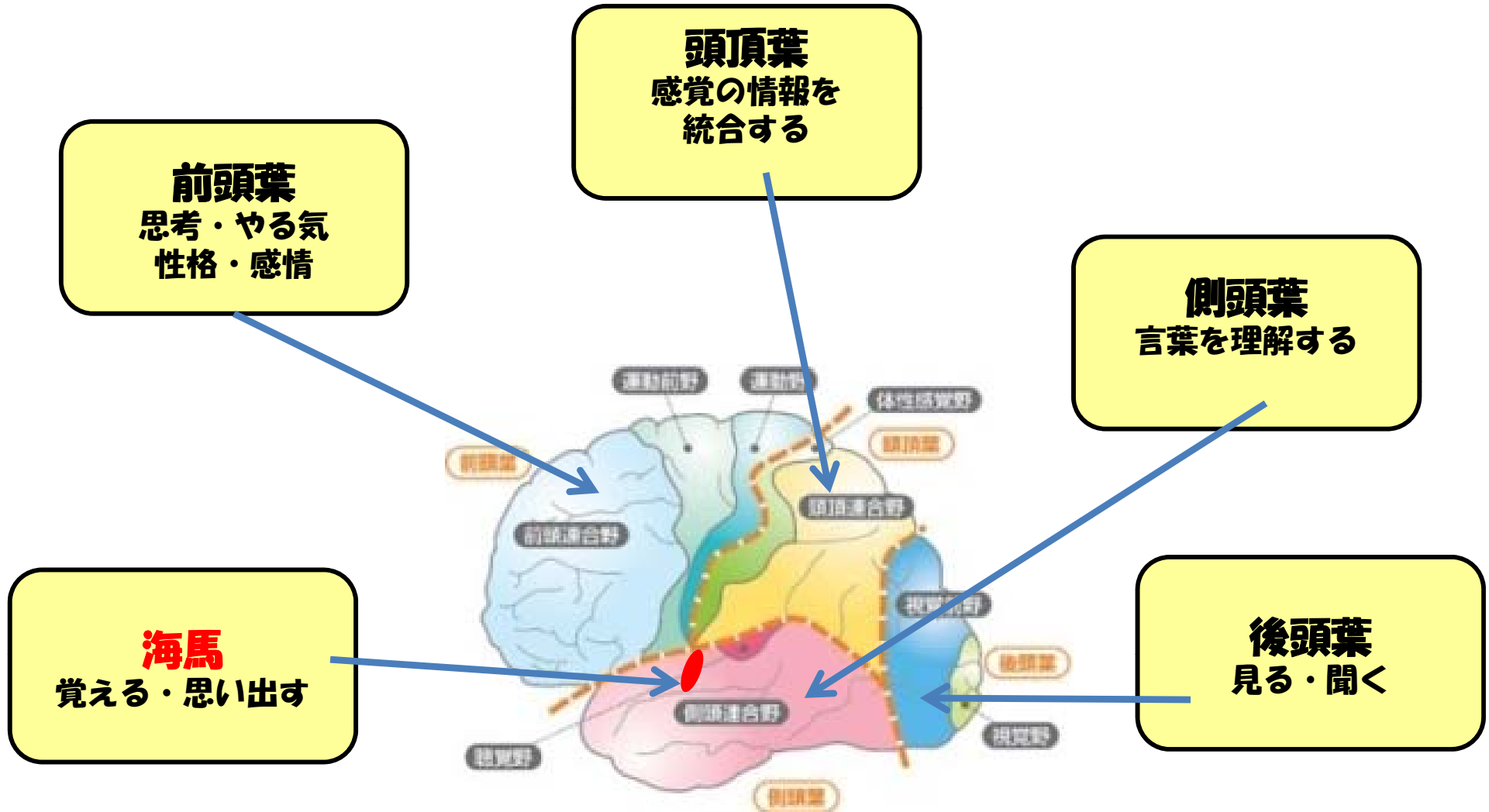
認知症の3大疾患

	アルツハイマー型 認知症	レビー小体型認知症	血管性認知症 (脳出血・脳梗塞など)
割合	60%程度 (血管性認知症との合併も含む)	20%	15%程度
特徴	老人斑の沈着で神経細胞が減少する。脳後半部の全体が萎縮し、ゆっくりと進む。女性に多い。	急に進むが、治療により回復することがある。幻視や睡眠障害がある場合が多い。男性に多い。	階段状に進むことが多い。障害部分によって症状が異なる。男性に多い。
認知症の自覚	ないことが多い。	初期にはないことが多い。	初期にはあることが多い。
持病との関係	関係性は少ない。	パーキンソン病と間違えやすい。	高血圧、糖尿病の治療を受けていることが多い。
人柄	変わることが多い	変わることが多い	ある程度保たれる
発症リスク低下に役立つこと	日頃の健康保持 創造的な活動 社会的な交流など	研究が十分進んでいないため、不明。	日頃の健康保持 高血圧・糖尿病の治療

治療については、医師にご相談ください！

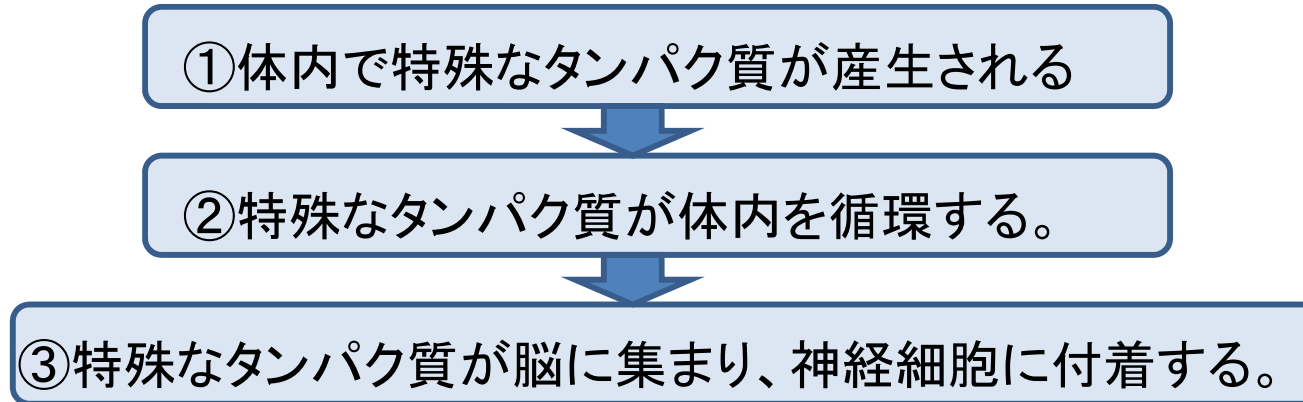
参考

大脳の働き



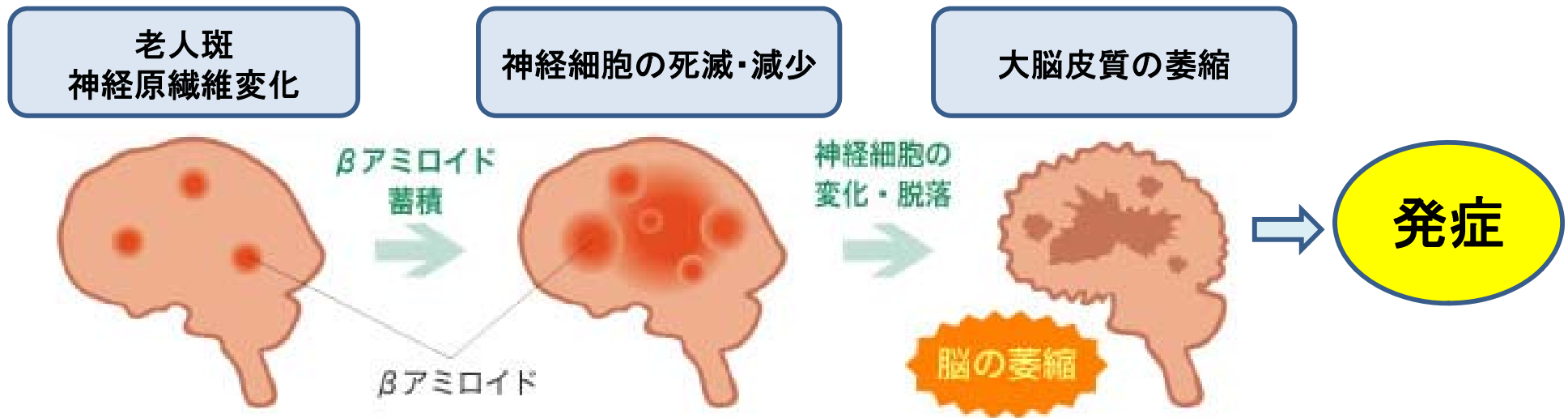
アルツハイマー型認知症発症のメカニズム

(老化が要因であり、ある程度解明されています)



加齢により
無意識に
進んで
います。

<脳の変化>

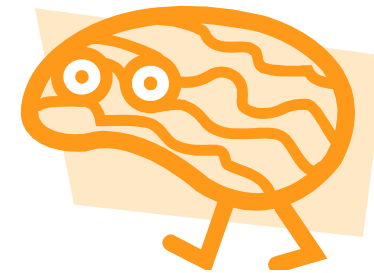


認知症は、誰もがかかる可能性があります。

サッチャー元首相、レーガン元大統領、
故 南田洋子さん

そして…

他人事ではありません！



認知症の主な症状

症状は一人ひとり違います。

生活全体への支障

中核症状 (誰にでも見られる症状)

- 記憶力の低下
- 推理力・判断力の低下
- 適応力の低下
- 問題解決力の低下

* 治療により進行を
緩やかにできます

不安
イライラ

道に迷う
帰って来れない

妄想
(嫉妬・財産)

睡眠障害

抑うつ

興奮・暴力

介護拒否

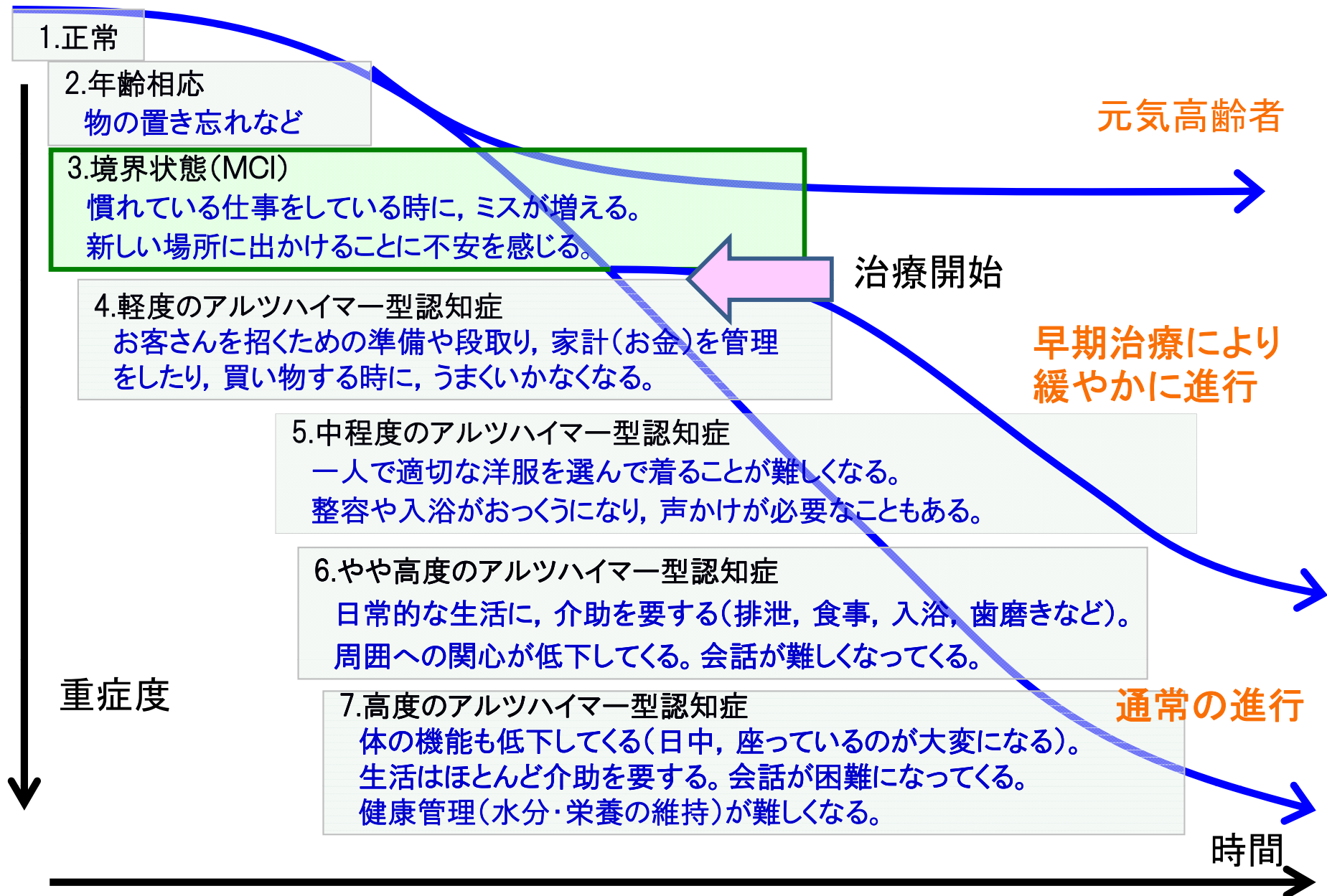
* 治療や対応の工夫により改善できます

周辺症状(心理・行動障害)

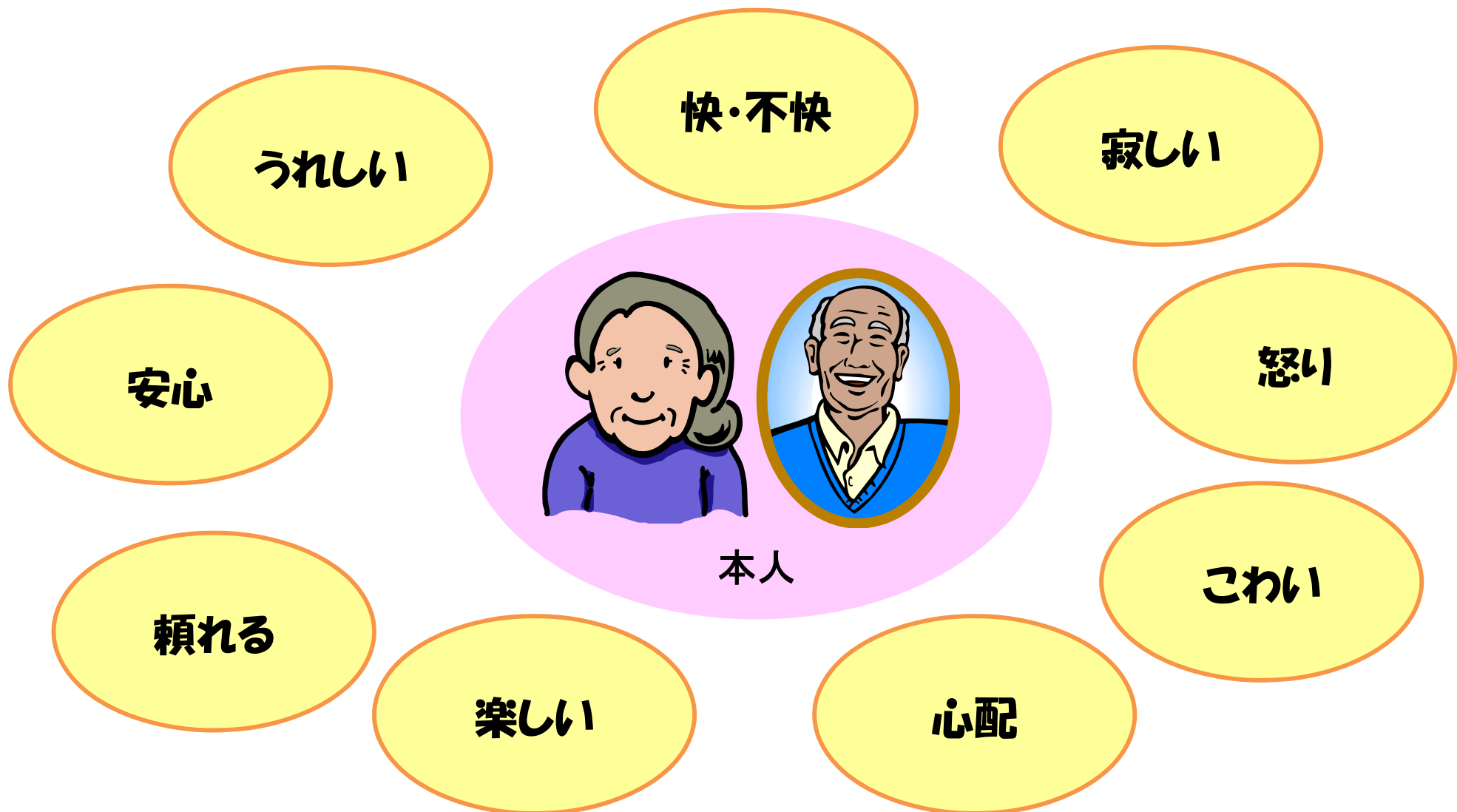
(性格・環境・不適切なケア, 健康状態等により見られる場合もある)

早めに気づき
治療開始を！

アルツハイマー型認知症の経過



認知症になったとしても、
家族や支援者・周囲の雰囲気を感じています。



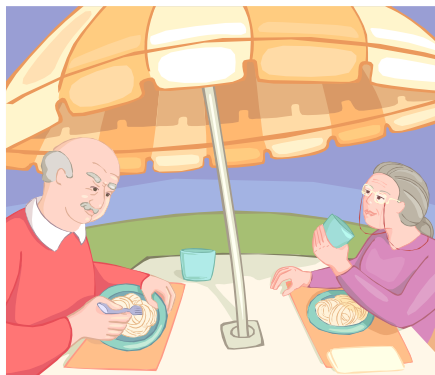
認知症の本人対応の心得

1 急がせない

2 驚かせない

3 自尊心(プライド)を傷つけない

認知症の特徴を理解し、
(自分だったら・・・)
と想像してみましょう！



本人・家族は精神的支援を必要としています

<「自分」・「家族」が、認知症と診断を受けたら・・・>

心理状態の変化

ショック→否認→怒り→抑うつ→割り切り→受容

<支援者が心がけたいこと>

早期の治療開始につなぐ(家族関係の悪化を防止)

本人・家族が我慢せずに、どんな感情も出せる信頼関係づくり。

本人・家族のこれまでの人生・関係性を把握する。

利用できるサービス・制度の情報を、分かりやすく提供する。

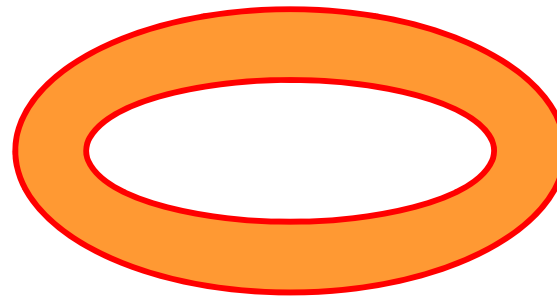
地域で孤立しないように身近な人・スタッフとのつながりを切らない。

同じ立場・経験者と話をする機会を作る。

以上の内容は、住民の方を対象に実施している
「認知症サポーター養成講座」の超短縮版です。

認知症についての理解は変わったでしょうか？

興味のある方は、自分・家族・地域のために、もっとじっくり
学習してみませんか？



オレンジリングは
認知症サポーターの証



宮城県の高齢者の現状について



高齢者全体の現状

宮城県高齢者人口調査の結果について
(平成21年3月末現在)

- 1 高齢者人口 508, 136人
- 2 宮城県の高齢化率 **21, 8%**(県全体)
- 3 圏域別の高齢化率
 - 一番高い圏域 31, 5%(栗原圏域)
 - 一番低い圏域 18, 8%(仙台圏域)
- 4 市町村別の高齢化率
 - 一番高い市町村 43, 1%(七ヶ宿町)
 - 一番低い市町村 12, 6%(富谷町)



- 5 在宅の一人暮らし高齢者
73,421人 * 65歳以上の人口に占める割合は14, 4%

要介護・認知症高齢者の現状

1 要介護認定者数

約8万人(平成20年度推計値)

県内市町村共通の
健康課題。
本人はもちろん、家族も
支援対象者です！

2 認知症高齢者数

約3万8千人(平成20年度推計値)

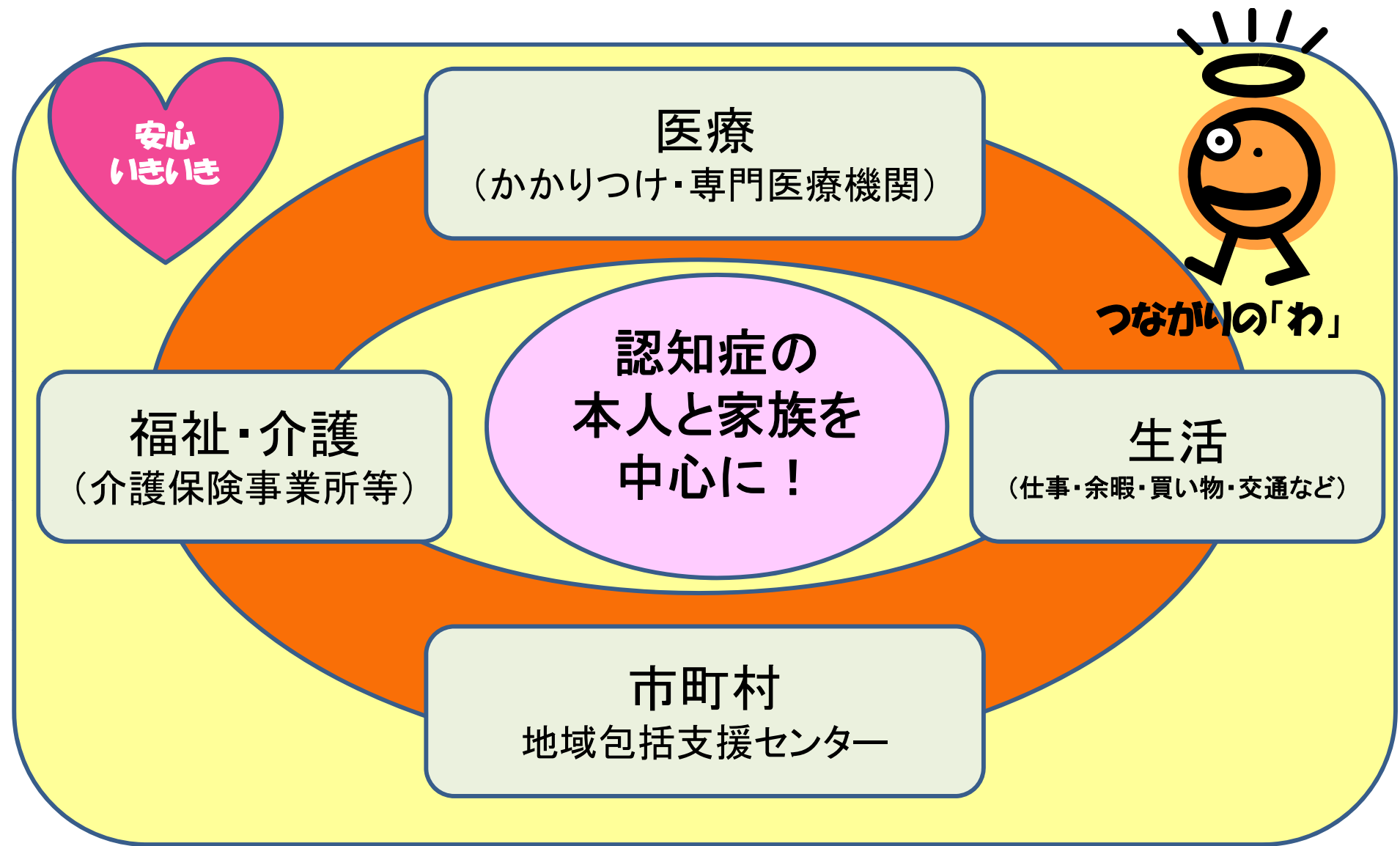
* 今年度、認知症高齢者数、65歳未満発症の若年期の認知症の方の数を把握予定。



認知症対策を重点事業として位置づけています！

認知症対策事業の事業概要

- 1 認知症地域ケア総合支援体制構築推進事業(新) * 2カ年
昨年度までの2圏域(女川町・気仙沼市)におけるモデル事業を拡大。
経験したことを大切に、全圏域での支援体制づくりを強化する。
- 2 認知症高齢者等介護家族支援事業(委託)
 - ①電話相談事業:週5回(仙台市と共催)
 - ②移動相談事業:県内5カ所
 - ③若年期認知症支援事業:専門医等を派遣
- 3 認知症地域医療支援事業(委託)
 - ①認知症サポート医養成研修:2名
 - ②かかりつけ医認知症対応力向上研修:塩竈会場、登米会場
- 4 認知症介護実務者総合研修事業(委託)
認知症介護指導者養成研修ほか5つの研修
- 5 認知症サポーター100万人キャラバン事業



県 ネットワークの強化・補強の支援, 人材育成

主要事業の取組について(その1)

認知症地域ケア総合支援体制構築推進事業(新)

全保健福祉事務所管内・モデル市町村(角田市・塩竈市・登米市・加美町・南三陸町)での支援体制を強化する。県内全市町村への普及を目指す。

	主な事業内容
長寿社会政策課	認知症地域ケア推進会議 認知症ケア推進研修会 推進のための担当者会議・情報提供など
保健福祉事務所	地域ケアコーディネート推進会議 コーディネーター派遣事業 認知症専門ケア研修会(事例検討会など) モデル市町村の支援, 管内への普及など
モデル市町村	認知症ケア専門サポート事業(相談会・交流会など) 認知症本人・家族のための地域資源マップの作成 見守りネットワークの構築(行方不明時等)など



各地域の特色を考慮しながら、県と市町が一体的に展開しています！

北九州市「もりフォーラム」でのPRパネル (平成21年10月31日)

あのしー
ウチの人が

おれ、ボケ
だのすかやー

だいじょうぶだっちゃ!
みやぎ認知症まちづくり事業



取組を
紹介します

宮城県のYes, We, Can!

角田市
認知症になっても笑顔で
暮らせるまち角田市

認知症を理解し、
みんなが
サポーター

認知症を通して
人と人がつながって
大きな輪が
できたら素敵!

日常生活の中で
見守られていれば、
本人も家族も
安心だね

認知症サポーター養成講座に向けて、
予約と資料の準備進行中です!!

シンボルマークは市民から募集します

南三陸町

町のいろいろな
ところで、
ろぼろんが
見守ってくれるよう
がんばります!

これからだっちゃん
みなみさん!
これ、ハードですよ。
わたしたちも
サポーターです!

認知症 みんなでわかって支えあい
みんな笑顔で暮らすべ

認知症の人と家族の会宮城県支部～若年期認知症の方のついで“翼”～

今年
3年目

ハイ!ポーズ!

★活動内容★ 若年期認知症のこ本人(約10名)を中心に、介護家族、世話人によるついでです。活動日時は、毎月第1・第3本曜日の午前10時から午後3時までです。体操や音楽、チャイムでの近況報告など時間があるという間に過ぎてしまいます。翼の日は、翼合組で「す!翼をください」がテーマ曲です。

★ご本人の声を紹介します★

- たった一度の人生、アクティブに将来を切り開いていこうな、また思い出になるようなことをしたい。
- 忘れっぽくなりました。アレっだった?主人が支えてくれます。
- 生きものはいいですねー、わんに毎日癒されています。
- キチキチしている生活ではないからこの頃は登壇しています。

ボランティアさん、
いつもありがとうございます!

ウハハ!
ウハハ!

撮影会

うちわゲーム

認知症、見守る輪・
和がある
加美町の地域づくり

加美町

大好き
です!

市民一人ひとりが
すこやかに、いきいきと
安心して暮らせるまち

“わたし”“家族”が
認知症になっても豊かに
安心して暮らせる地域づくり

登米町

モデル地域の
住民の方との
懇話会を
通して進めて
いきます!

登米市協同キャラクターとの丸

いざ前進!
がんばる
っちゃ!

宮城県
認知症サポーター
キャラクター

宮城県全体で目指したいこと

- 認知症サポーターを4万人!(平成25年度末まで)
- 認知症を知って気づいて支えてスマイルみやぎに!

認知症地域ケア研修会

(平成22年1月13日開催)

1 ねらい:

モデル市町村の取組の課程や大切にしていることを普及する。
本人・家族の声、地域資源を各市町村内の支援体制づくりに役立てる。

2 参加者: 97名

市町村及び市町村の推薦者 28市町村88名
認知症の人と家族の会 3名
県保健福祉事務所 6名

3 研修内容:



講師 永田久美子先生(認知症介護研究・研修東京センター)

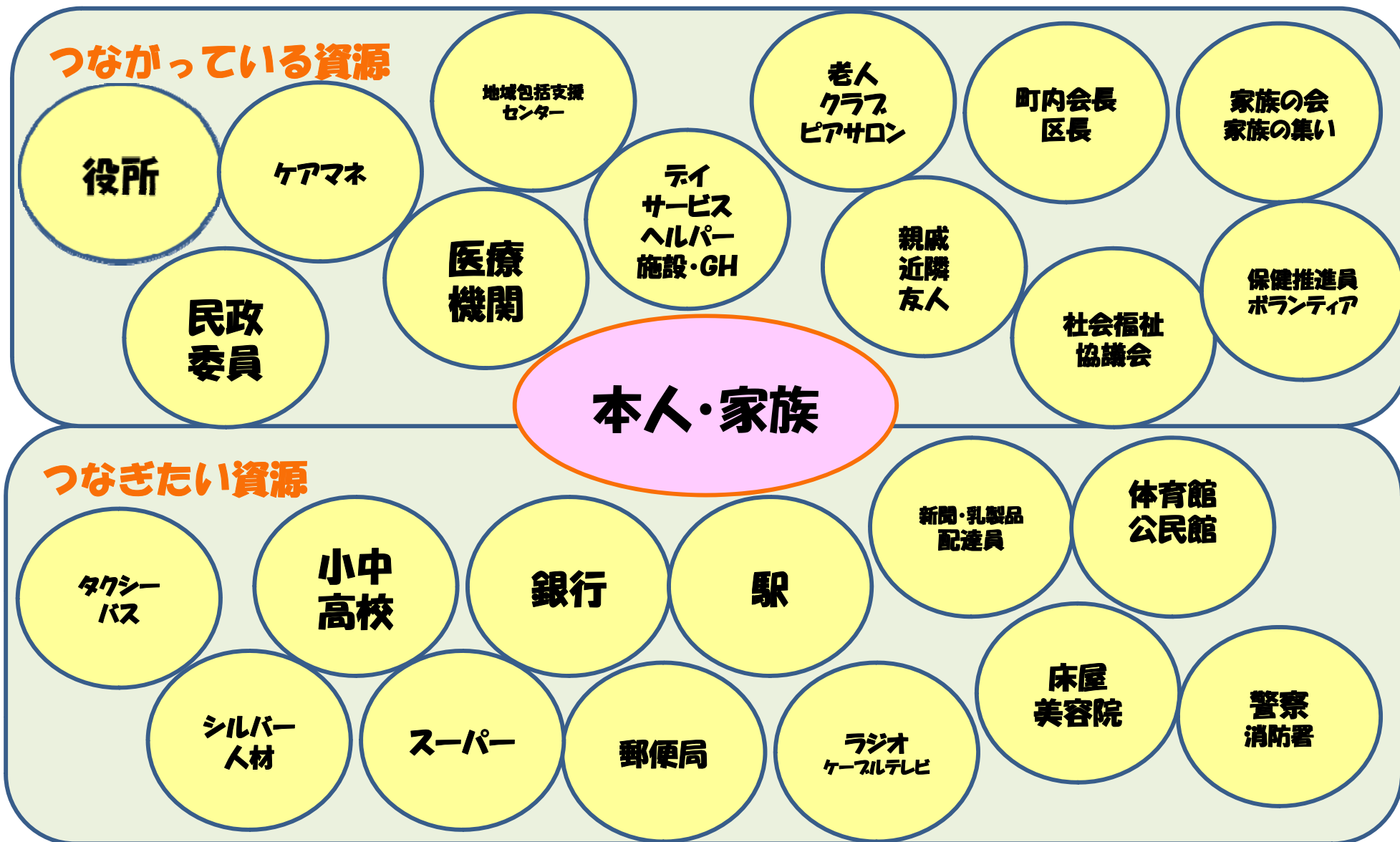
講義と各地域ごとのグループワーク

- ①認知症の本人と家族を支えるために大切にしたいことを確認しよう
活動発表: 認知症の人と家族の会, 県内モデル市町村5ヶ所
- ②地域の社会資源を活かしたネットワークづくりを考えよう
- ③わが地域における今後の取組プランを考えよう

**本人・家族・地域の声を聞いているようで、
どうだったかを振り返る機会になりました！**



参加者から出された地域資源のいろいろ



本人・家族の支援のために、地域に出向いてつながろう！ 28

主要事業の取組について(その2)

○ 「認知症サポーター100万人キャラバン」事業

市町村等が「まちづくり」の一環として、児童・生徒・サービス業・地域住民・行政等の多分野の方に、認知症を理解し支えるための講座(サポーター養成講座)が開催できる体制を整えます。

講師を養成し、活動しやすいようにバックアップします。

<認知症サポーター数(宮城県全体)>

現在 24,561人 → 目標 **40,000人**

(平成21年12月末)

(平成26年3月末)

今年度の目標2万人は、年内に突破!



おわりに



認知症は「誰もがなりたくない病気」であり「誰もがなる可能性のある病気」です。

今の宮城県は、自分・家族が認知症になった時に、周囲に隠さず様々な人の支援を得ながら、これまでの生活を安心して継続できる地域でしょうか？

まだまだ、不安に思う方が多いと思います。

まずは私達（行政）が、認知症を正しく理解すること、本人・家族の声から現状把握をし、声を重視した事業展開を積極的に行うことが重要と考えます。

どんな病気・障がいがあっても、
子どもからお年寄りまでどの世代も
どこの市町村に住んでも、
最期まで笑顔で暮らせる宮城県がいいね！



いざ前進！
がんばるっちゃ！

「むすび丸」も
認知症サポーター
になろう！

チーム みやぎ



県・モデル市町村・コーディネーターさん
が一緒に参加！

平成22年1月28～29日
モデル地域合同セミナー（東京都）

御清聴ありがとうございました



Thankyou