

○パネルディスカッション

※参加者の御意向により発言内容の一部を割愛しています。

(司会)

それでは皆様お待たせいたしました。準備が整いましたので、パネルディスカッションに移らせていただきます。

パネルディスカッションでは、「認知症の人の社会参加支援」について、基調講演の方に加え、名古屋市昭和区で認知症物忘れ外来を行う「オレンジクリニック」院長の阿部様、認知症対応型通所介護施設「とんと」OHANA 管理者、認定作業療法士の伊藤様、豊明市健康福祉部の福井様に御参加いただき、認知症の人が社会参加を進めていくにあたり、どのようなことを行っているのか、どのような仕組みが必要とされるかなど、認知症ご本人、医療、介護、行政、それぞれの立場から御意見を述べていただきます。ディスカッションの司会進行は、基調講演に引き続き鬼頭様が務められます。

それでは皆様よろしくお願ひします。

(鬼頭)

第1部に引き続き、司会進行を務めさせていただきます鬼頭です。僕の本業は、地域包括支援センターの職員です。皆さんよろしくお願ひいたします。

第1部では認知症の当事者の人たち、当事者としての活動、社会参加のことについていろいろお話してくれました。

第2部からは、介護の立場から伊藤さん、医療の立場から阿部先生、行政の立場から福井さんにも参加していただいて、多面的に当事者の社会参加について考えてみたいと思っています。

まずは、自己紹介とご自身がされている取り組み、第1部の感想などをお話いただければと思います。まずは、福井さんからお願ひします。

(福井)

豊明市役所健康長寿課の福井と申します。私は、人口約6万9千人の豊明市で高齢者福祉分門を担当しています。認知症や総合事業等の担当で、地域のいろいろなことに携わりながら仕事をしています。

認知症施策についてですが、豊明市では認知症だからとか認知症じゃないからという線引きをせず、高齢者の方がその人らしく暮らせるような大きな枠組みでの地域支援づくりを行っています。「普通の暮らしをいかに支えるか」というキャッチコピーで支援を行っています。

(鬼頭)

ありがとうございます。続きまして、阿部先生お願ひします。

(阿部)

名古屋市昭和区で認知症クリニックをやっている阿部といいます。オレンジ

クリニックという名前を付けた理由は、オレンジプランやオレンジリングなど認知症ケアのイメージカラーでもあります「オレンジ」をクリニック名に入れ、認知症の人のお役に立てればという気持ちからであります。

うちのクリニックはオレンジ色だらけなんですけど、非常にお恥ずかしいことに今日はオレンジリングをつけ忘れてしまいました。先ほど、オレンジリングが認知症の人に寄り添っているということをお聞きしましたので、明日からはオレンジリングを付けていきたいと思えます。オレンジリングをもらって、それだけで満足するのではなく、認知症サポーターになってからの方が大事だなというのを改めて痛感しました。

(鬼頭)

ありがとうございます。では、伊藤さんお願いします。

(伊藤)

こんにちは。先ほどから、何度か名前がでてきまして、恥ずかしいですが、認知症対応型通所介護「とんと」OHANA というところで、管理者と認定作業療法士をしています伊藤と申します。よろしくお願ひいたします。

本日のテーマ「認知症の人の社会参加」ということで、うちのデイサービスの取り組みとしては、基本的に「ご本人様がやりたいことをやる」ということで、プログラムは全くない状態で、近藤さんは、朝施設に来て、新聞で今日行きたい場所を見つけてきて、「今日、ここに行きたい。」というような感じでやっております。

先ほど、近藤さんからもお話がありましたが、昨日は若年性認知症の方4人と岐阜の方まで行きました。コロナ禍なので、屋外でランチを食べて、昭和の建物見学をして、帰ってきました。帰り道は、僕以外はみんな寝ていて、僕は運転をしていました。

認知症の方と社会とをつなげていくことは、リハビリとして、機能訓練外出としてうちの施設としてはやっていて、どんどん外に出ていきます。先ほどのお話にもありましたが、認知症であろうがなかろうが、地域に住むためにはみんな普通に外に出てくるでしょうと。デイサービスに来ることが社会参加ではないと思っていて、地域の方と繋がって、いろんなことを一緒にやっていく中で、僕たちが外に出て、認知症を特別に怖がらなくても大丈夫ですよというような感じでやっております。

始めてからもう8年ぐらいそのような形でやっていますが、最初は地域の方が認知症の方を怖がっていたり、若年性認知症の方を連れて行くとすごい嫌がられたりしたんですが、いまはそのようなことはなくなってきました。地域の中で一緒に過ごしていこうという思いでやってきたことが、少しずつ認識されてきたと思えます。

若年性認知症の方のデイサービスをずっと楽しくやらせていただいている、その中で自然と皆さんが集まってきたという感じで、いろいろな方と活動させていただいております。

(鬼頭)

ありがとうございます。今日は、「とんと」のプログラムの一環として、ここに来ていただいています。「とんと」でこのような社会参加プログラムの取り組みを始めて、実績はどれくらいですか。

(伊藤)

平成30年に、厚生労働省から「若年性認知症の方の社会参加支援」ということで、通所介護サービスからの社会参加支援で、そういう形でうちはずっと前から少しずつやっていたんですが、特にこのような講演活動では、ご本人様がすごい喜ばれまして、デイサービスからいうと安心されるんですね。会場まで一緒に行けたり、講演で何を話すかの予行練習が少しできたりできますので、今日の午前中にも少し動画を見て、今日この動画を流すよという話を直前に講師役の認知症当事者の方としました。ご本人もとても安心して、話ができたり、話をまとめようとしていたりしてくれて、とてもいいことだと思います。

(鬼頭)

今日は、お風呂も入って、ご飯も食べて、ベストコンディションですね。

(伊藤)

あと、一番大事な化粧もしています。今日は、フェイスシールドをしていて顔があまり見えませんが、近藤さんとはピアスを買いにいきましたね。いまは、コロナ禍でなかなか百貨店などには行きづらいので、大須を訪れました。大須商店街も「認知症にやさしいまち大須」ということでやっているの、その一環として行きました。ご本人様たちも非常に喜んでいたので、よかったですね。

先ほど、平成30年の厚労省の通知で、通所介護サービスの社会参加支援、地域支援、地域活動参加ということで、厚労省もそのような通知を出してはいるんですが、まだまだ周知されていない部分もあります。ただ、やはり当事者の人たちと一緒にまちづくりをしようというときに、その当事者の方がもうすでに集まっている場所というのは、皆さんの地域にもうあると思います。

例えば、デイサービスや認知症カフェなど、そのようなところをプラットフォームにして活動を展開していくことは、とてもやりやすいのではないかなと思います。

一方では、こういった認知症の人の社会参加ということに関して、医者の方の立場から、ご意見いただけますでしょうか。阿部先生、お願いします。

(阿部)

まず、当事者の方を見ていて、とても明るいと感じました。

教えてほしいのですが、キャラバン・メイトや認知症カフェなどいろいろな活動に参加することで、認知症の症状の進行が抑制されている感覚はありますか。

講師役の認知症当事者の方は、とても流暢にお話をされていて、まさにこの

「社会参加」が認知症の進行の抑制をしている可能性があるのかなと感じました。

皆さんご存知かもしれませんが、2017年と2020年に、認知症になった人ではなくて、認知症にならないために、どうすればいいか、という点についてLivingstonという有名な人が論文を出しました。その中で、社会的孤立は4%認知症になりやすくするということがいわれています。しかし、社会参加をするとその4%だけではなく、うつ状態も改善する可能性があるし、運動もすることになります。おそらく、喫煙や飲酒の回数も減ることになります。このように総合すると、本当に20%ぐらい認知症を防げる可能性があるということになります。

社会参加をして認知症になる確率を20%防げるのであれば、おそらく認知症になってからの先の進行も抑えられるんだろうと思います。

ただ問題は、我々がどうやってご本人さんに「社会参加」してもらうように働きかけていくのかということです。

うちのクリニックでは若年性認知症の方が50人くらいいらっしゃるのですが、特に男性の方の社会参加がなかなか難しい状況です。女性の方は比較的参加していただけるイメージがありますが、男性の方は本当に引きこもってしまいます。

その時に、今日の研修のテーマである「ピアサポート」が重要だと感じていて、当事者の方から、男性の当事者の方を誘っていくことができたなら上手くいくのではと思うのです。第一線で仕事をしてきて、認知症になってしまったことで自信を失っています。

もし、自分がそこへ参加したら、こいつはできないやつだとみんなから蔑まされることにとっても恐怖を感じていると思います。

そのような状況で同じ立場の認知症の人から「いやいや、そうじゃないよ」と言ってもらえることで、きっと変われると感じました。とても重要なヒントをいただいたと思います。

(鬼頭)

ありがとうございます。まず、認知症の進行予防について、社会参加はとても抑制効果があると思います。

近藤さんが認知症と診断を受けて8年ということでしたが、社会参加と自身の認知症の進行との関係についてどのように感じていますか。

(近藤)

正直、8年前のことはあまり覚えてなくて、仕事の契約を切られたり、仕事でお客様の家に行けなくなったりした仕事でのショックの方をよく覚えています。ショックのあまり涙が出てきたりしましたが、仕事をやめると不思議なことに病気のことを忘れちゃうことが多くありました。仕事をしていたときは、病気といろいろなことがとても直結していました。正直言うと、日常的なことはあまりできていなくて、料理は主人に作ってもらっているし、計算ができないので、

お買い物も行ってもらっています。

個人的な話をすると、高校時代には囲碁で愛知県代表として全国大会にも出場しました。その時はちゃんと頭の中に碁盤があって、先の展開まで考えることができていましたが、今はそこにクモの巣があるような状態です。囲碁を打つことはできますが、リアルに楽しんでいる感覚はないです。

(鬼頭)

今、近藤さんは、社会参加としていろいろな活動をしていますが、その活動が認知症の進行の抑制につながっているかもしれないと思いますか。

(近藤)

先生の話の伺って、そうだなと納得しました。こうやって、皆さんの前でお話をするときには、皆さんに「元気にいくぞ」と自分で言いながら、皆さんに元気をもらっている感覚です。

だから、今日もこうやって皆さんにお会いできて、とても楽しくて、うれしくて、もうウキウキするんですが、本当に一人一人にありがとうと言いたいです。ありがとうって自分で言いながらも、皆さんからのありがとうという言葉で自分の中にすごいパワーがもらえますし、先生の言うとおりの認知症の進行の抑制につながっていると感じています。

(鬼頭)

ありがとうございます。

あとは先ほど先生から、認知症になる前からなった後へは途切れることはなく、そこには連続性があり、もう一つ、診断を受けて、それを受けて絶望してしまうところから、社会参加に繋がるまで連続性があるということです。この絶望について、本当にそこで絶望しなくてはならないのかという問題もあるような気がしています。診断直後からいろいろ繋がりができていく体制があれば、その絶望感というものを少しでも減らせると思います。その意味で、診断直後から、例えばデイサービスあるいは地域に繋がることもあると思います。

このようなことを踏まえて、豊明市も含めた地域の中でどのような繋がりがあればいいなということを感じますか。福井さんお願いします。

(福井)

診断された方たちは辛い時期を乗り越えて、家族の方などの支え合いがあつてまたちょっと頑張ろうという気持ちになったと思います。地域との繋がりがや本人ができることをどのように継続していくかということについて注目しています。

その人なりに暮らしている中で、「生活が成り立つこと」ということがやはり一番にあつて、そのなかで、何ができて、何ができないのか細かく分析して、どのようなところにサポートが必要なのかをケアマネージャーさんたちと話し合っています。そのなかで、「生活支援」というところに当てはめると、豊明

市では「おたがいさまセンターちゃっと」という住民主体の生活支援体制整備がありまして、そこで、少しできにくくなったことのサポート、お手伝いをするということをしています。軽度の認知症の方でも、そのようなできにくくなったことを少しサポートすると生活が成り立っていくケースが実際にあって、そういうところで、適宜必要なサポートをして、生活がなんとか成り立っていくということは、地域の中で生活し続ける中で大事かと思います。

(鬼頭)

今話していただいた中で、「認知症施策」という観点だと、チームオレンジに近い部分があると感じました。「地域支援」という観点でも、生活支援コーディネーターの話に繋がっていくと感じたんですが、豊明市でのそのあたりの体制というのはどうなっていますか。

(福井)

豊明市の「チームオレンジ」は、ゼロから構築したわけではなく、既に行っている活動のなかで、これがチームオレンジなのではないかということに気が付きました。

前述の「ちゃっと」というものに生活支援体制整備という仕組みがもともと入っていて、(高齢者の)生活の中でちょっとしたお困りごとがあり、「認知症のかな」と思われる方と地域のサポーターの方が一緒に買い物に行ったり、話し相手になって楽しい時間を過ごしたりという、豊明市ではくらしの中で少し寄り添いながら支えることをチームオレンジの活動としています。

(鬼頭)

いろいろな施策や取り組み、本当に展開されているかと思いますが、その中で当事者の人の意見が取り残されてしまったり、当事者抜きで施策などが決められていってしまったりすることが多々あると思います。そのような人や意見をどのように取り残さずにしていくか、本人ミーティングなどの場が必要になるんじゃないかと思います。残り時間が少なくなってきましたので、会場の皆さんからの質問に答えていきたいと思いますが、いかがでしょうか。

(受講者)

今日、講師役の認知症当事者の方が認知症と診断を受けて、絶望を経験して、社会参加をしていく話を聞いて、当事者の方が社会参加をするようになったきっかけがあれば教えていただきたいです。

また、僕自身がもう10年ぐらい認知症の方と関わっていますが、豊明市のような体制が地域になくて、とても閉鎖的で、認知症であることを知られたくない方も多いので、そのような方に社会参加していただけるようにどのように働きかければよいかを教えていただきたいです。

(鬼頭)

ありがとうございます。

まずは、社会参加のきっかけについてですが、近藤さんいかがですか。

(近藤)

御質問いただき、ありがとうございます。

社会参加のきっかけについてですが、死んでもいいやというぐらい本当に辛くて、苦しい日々を送っていたんですが、先ほど話しにも出た名鉄病院から「あゆみの会」に紹介していただいたことが社会参加のきっかけです。自分では探し出すことができなくて、インターネットにも疎いので、病院のあゆみの会への紹介がとてもうれしかったです。そこで、鬼頭さんとも出会いました。

(鬼頭)

診断を受けて、病院の先生からの紹介で、認知症の人の交流会である「あゆみの会」を教えてもらい、そこで当事者同士と出会い、活動をしていくようになったということですね。

(近藤)

そこで、先ほど話しにも出た山田真由美さんに出会って、彼女がとても熱心に活動をしていたので、彼女からもとても力をもらいました。それが大きなきっかけです。

(鬼頭)

そうですね。その一つの例として山田真由美さんは平成28年に当事者のキャラバン・メイトの講師となっていて、そのあと平成30年に近藤さんもキャラバン・メイトの講師となりました。山田さんのロールモデルがあることによって、活動を展開できていくということがあるので、そこがとても大事だと感じています。

(近藤)

あと、私は伊藤さんをはじめ「とんと」の力もとても大きいと感じています。

(鬼頭)

診断の後からつなげていくということを話していましたが、実際に診断をする際に、当事者の方に当事者の会や認知症カフェなどをご本人さんや家族の方に紹介することはありますか。

(阿部)

認知症と診断された時には、第一に介護保険の申請をしてくださいということを伝えていますが。ただ申請したはいいけれども、特に若い男性の方がそこで止まってしまうことがあります。

そうになると、近藤さんのように、最初は働きながら、そして仕事を辞めても、

病院の紹介などから社会活動をしていくというような流れが上手くつながっているケースはとてもいいなと思うんですが、実際には診断を受けてから介護保険を利用するまでの非常に長い間、なにもしない方が多くて、その期間を何で埋めたらいいんだらうということになります。そこで、認知症カフェやあゆみの会を紹介するんですが、敷居の低いサービスがあればいいなと思います。

それから、働くことで得られる「報酬」という概念がとても大きなモチベーションになると感じていて、その報酬が得られる期間が長いとよいと思います。これまでの仕事を続けるのではなくて、新しい仕事をして報酬を得られるということをする。

2006年に京都で本人アピール会議というのがあって、そのなかで自分たちの働く機会がほしいということをご本人たちが訴えていました。十数年前のことでしたが、なかなか制度として進んでいない現実があります。そういった報酬がもらえるような時期があると、もう少し楽しみが生まれるのかなと思っています。

(鬼頭)

とても大事な話をさせていただいて、「働く」ということについていろいろなフェーズがありますが、このなかで「報酬を得る」ということの大事さを指摘いただきました。

デイサービスや作業療法士として「働く」ということに関して、社会参加と絡めてお話いただけますでしょうか、伊藤さんお願いします。

(伊藤)

初期の認知症の方にどのような仕事ができるか、作業療法士として作業分析をすることもありますが、ご本人が仕事をするよりも会社でご本人の周りの方をどのように支えていくかを考えることの方が難しいと感じます。

ご本人の仕事については作業の段階を数段下げたりすることで対応は可能ですが、周りの方はその方の世話をしつつ、自分の仕事もしなくてはならないことになります。そこをどう対応していくかが大変で、大企業であれば人がいるのですが、中小企業になると人がいない中で、その人を見ながら仕事をしていく事になります。

僕は、そのような人たちを見てきましたが、もともと人間関係が良い方は周りの方が結構助けてくれますが、人間関係があまり良くない方が若年性認知症を発症して、周りの方のサポートがなくなってしまうということがあり、周りの方の支援を、いかにして取り付けていくかがやはり重要だと感じています。ここをこういうふうにするとう仕事をやらしてもらえますよという話はしますが、やはりそこにどのように持っていくかが重要で、企業の中だけではなく、地域からの視点を先に入れていかないと、企業の中だけで対応することは難しいと感じています。

(鬼頭)

就労の継続というところでは、同僚の方からのサポートをどうするかというところと、講師役の認知症当事者の方のように、既に仕事をリタイアされていて、「とんと」の社会参加の一環として、県から報酬をもらって、研修の依頼を受けましたが、前者は認知症の人以外でもできることですが、後者のように今日講師役の認知症当事者の方が研修会でお話することは、認知症の人だからこそできることだと思います。

脳機能障害や失行（身体に麻痺などはないが、日常の動作が苦手になってくること）があるのでそのあたりを僕がお話をさせてもらって、いろいろな話が出たんですが、知らないことがいっぱいあって、僕たちももっともっと外に発信して、僕たちも社会参加をしていかななくてはいけないととても思いました。

豊明市では、認知症の理解というところを地域でどう進めていくのかを、先ほどの生活支援コーディネーターも含めて行っている取り組みがあれば、行政の立場から福井さんにお聞きしたいです。

（福井）

認知症の症状は人によってそれぞれ違い、やれること・やれないことが異なっているので、ケアマネジャーと一緒にその人に合った生活支援を上手くコーディネートすることを心掛けています。全員が全員同じ訳ではなく、その人に合わせた場所を提案していると思います。

（鬼頭）

いろいろな人が一緒に丁寧にその一人一人の方と協働していくことで、理解を深めていくということですね。

（福井）

一対一でも支えきれないところがあるので、地域の関係者の方、民生委員さんやサロンの代表の方、ケアマネさん、かかりつけ医などの医療介護関係者など必要な関係者と連携し、情報共有しながら、その人へのサポートを考えています。

（鬼頭）

それは、一足飛びに理解が深まるわけではなく、地域の人たちの連携が手を重ねあっていくことが大事だと感じています。

それでは、なにかパネリストの皆さんから意見などありますか。

（阿部）

皆さんに運転免許についてのお話を少し聞きたいんですが、どう思われていますか。このことが、社会参加の機会を結構奪っているように感じます。

今、非常に法律が厳格になってきていて、認知症と診断されたら運転が全くできなくなりますよね。認知症と診断された人の中にも、運転してもさほど問題ない人はいるはずだと思うんですが、皆さんどのように考えていますか。

(鬼頭)

ちなみに、阿部先生はどう考えられていますか。

(阿部)

やはり運転をやめるということが当事者にとって本当に社会参加の場所を奪っていると感じながらも、法律上、医者立場として運転をしてもいいですよとも言えず、もどかしい状況です。本人の技術に基づいて免許をどうするかなど、様々な基準を検証はしているんでしょうけれども、なかなか難しいようです。

(鬼頭)

会場にいらっしゃる方で、運転免許に関して、なにかご意見やされている取り組みなどいかがでしょうか。

(近藤)

私は運転免許を持っていないですが、仙台にいる丹野さんにお会いしたときに、運転が大好きで、車関係の仕事に就職されたという話を聞いたことがあって、車の仕事をしている人や車が大好きな人が運転免許を取り上げられたときには生きる気持ちがなくなってしまう方もみえるのかなと思いました。

NHKで先日拝見したんですが、スコットランドでは認知症だから車の運転は全部ダメということではなくて、距離や時間を限定し、認知機能にしっかりアセスメントした限定免許という形に日本もなっていけばいいかなと思っています。当事者としてお力添えできるのであれば、協力していきたいと思っています。

今、高齢社会で、自動運転や電気自動車など進化していく過程の中で、歩行者として事故に遭わないためにも限定免許などの法整備も平行して進めていってもらいたいです。別に認知症であろうがなかろうが、車に乗ってしまえば凶器になりかねませんからね。

(鬼頭)

人の認知機能というものは、はっきり分かれているわけではなく、グラデーションになっていて、生きがいとしての運転や生活のための運転、楽しむための運転など様々ありますが、移動だけだったらテクノロジーの進化を待つという方法もありですね。そういう意味で本当にまちづくりの重要性を語ってもらえたかなと思います。

それでは、最後に皆さんから一言ずつ伺って終了とさせていただきたいと思っています。福井さんからお願いします。

(福井)

貴重な話を聞かせていただき大変勉強になりました。行政としても、認知症と診断されても、ご本人やご家族の生活をどのように上手くサポートしていけるかということについてこれからも考えていきたいです。ありがとうございました。

(阿部)

本当にありがとうございました。とても勉強になりました。

(近藤)

今日はいろいろな話をさせてもらい、ありがとうございました。ふつつか者ですが、どうぞよろしく申し上げます。

(伊藤)

僕たちは人と関わる仕事なので、人と関わることで僕も傷つきますが、その傷は人と関わることでしか癒やせないと思っていて、デイサービスもやらせてもらってます。傷つきながらも回復して、一步一步進めていければと思います。貴重な機会をいただきありがとうございました。

(鬼頭)

認知症のことは、本当にみんなで考えていかないといけないことだと思っていて、今日は医療や地域、介護というメンバーで社会参加について語ってきましたが、連続性があるということを見ていただけたと思っています。皆さんとそういうかたちで、いろんな仕組みを地域や当事者の人と一緒にこれからも作っていったらなと思います。今日は長い時間ありがとうございました。講師の皆様ありがとうございました。

(司会)

以上をもちまして、本日のピアサポート活動研修はすべて終了となります。

皆様の地域でのご活躍を心よりお願い申し上げます。本日はご参加いただきありがとうございました。

(以上)