

「サポーターズカフェ」による 認知症サポーター・ダブルリンクの 試みと効果の考察 【研究事業報告書】



令和2(2020)年3月



社会福祉法人 東北福祉会
せ ん だ ん の 里

はじめに

これは、公益財団法人日本社会福祉弘済会が2019年度社会福祉助成事業における研究事業のひとつとして採択したものです。社会福祉法人東北福祉会せんだんの里では、『「サポーターズカフェ」による認知症サポーター・ダブルリンクの試みと効果の考察』をテーマに実践研究を行いました。

現在、「認知症サポーター養成講座」は全国の町域及び職域、学校や介護事業所等において数多く開催されています。全国キャラバン・メイト連絡協議会によると令和元年12月末日現在で受講者は（延べ）1,234万人を超えており、仙台市では（延べ）9万人以上となっています。

そして、当法人では認知症介護指導者や地域包括支援センターの職員をはじめとする認知症キャラバン・メイト十余名が実働しており、これら認知症サポーター養成講座を主催したり、講師を務めたりしています。

令和元年6月18日に認知症施策推進関係閣僚会議で決定された「認知症施策推進大綱」においては、「新オレンジプラン改訂版」から引き続き認知症サポーター養成目標数1,200万人、職域での養成目標を400万人としました。認知症サポーターの養成目標数は、新オレンジプラン改訂版の数値目標が令和2年度までとされていたことから、今後新たに設定されるものと考えていますが、延べ数とはいえ、これだけの人数の認知症サポーターを養成しているという成果は、認知症の当事者やその家族の暮らしに、どのような影響を与えているのでしょうか。

確かに、「認知症」への用語改正や、認知症に関する正しい知識の普及・啓発は、認知症や認知症の人に対する偏見・差別を減らすなど正当な効果をもたらしていると感じることができます。

しかし、これは法制度による用語改正や認知症サポーター養成講座だけではなく、「民生委員」や町内の「福祉委員」、地域で活動する「ボランティア」等による身近で地道な活動、介護保険サービスの一般化、「認知症カフェ」や教育機関における「人権教育」「福祉教育」、マスコミによる正しい「報道」などが複合して効果を上げているものとも推察できます。

「認知症サポーター」という言葉に対して抵抗感をもつこと、もたれることがあります。

“Supporter”は、支援者、手助けする人等の意味をもつとされ、支援する人とされる人の関係（非対等性と一方的関係）を感じさせる言葉ともいえます。そのため、“partner”という暮らしの「仲間」、地域の「相方」であって欲しいという主張があることはよくわかります。日本語は表意文字であり外来語といえども、言葉の意味と印象に、自身と他者の感覚や価値観が大きく影響するからです。私たちは呼称にはこだわりません。「認知症サポーター」「認知症パートナー」「認知症フレンド」等、定められればその名称を用います。私たちは、この「認知症サポーター養成講座」を受けた人たち（認知症サポーター）に、「社会資源」になってもらいたいということを考えています。社会資源とは「自分自身だけではなく家族を含む他者の役に立つこと、社会に有用な存在になること」だと考えています。地域包括ケアでは互助、共助といわれますが、責任守備範囲を自ら極めて狭くもつ専門職という存在や町内会組織に頼るだけでは、認知症の人とともに暮らしやすい地域づくりという目標の実現には相当の時間がかかると危惧しています。

「認知症サポーター」は、自分や家族の暮らしのために利用でき、そして自分と家族以外の人である他者（知り合う人、かかわり合う人）との暮らしに、必ず役立つ存在になり得ると強く考えています。

なお、本研究事業の実施において、多大なるご支援とご協力をいただきました特定非営利活動法人「仙台敬老奉仕会」理事長である吉永馨先生をはじめ岡本仁子理事、ほか役員、会員の皆様に感謝申し上げます。

令和2年3月

せんだんの里／総合施設長 舟越正博

「認知症サポーターズカフェ」開催および「せんだい認知症サポーター倶楽部」設立
に至る【コアメンバー】

※敬称略

○せんだんの里地域連携推進グループ

担当部長 佐々木園恵
リーダー 寺内 淳
叶 裕子
松田 亜由

○特定非営利活動法人 仙台敬老奉仕会

理事長 吉永 馨 (東北大学／名誉教授)
理事 岡本 仁子

○社会福祉法人東北福祉会「人財育成・定着検討委員会」

委員長 松本 久 (せんだんの杜／住居支援部長)
副委員長 佐々木園恵 (せんだんの里／筆頭支援部長)
委員 橋場 弘樹 (せんだんの館／生活支援事業部高齢福祉課長)

目 次

I 実践研究	1
1. フレイル予防は、お口から & 寄り添いボランティアのすすめ	
2. 簡単スマートフォン・アプリ操作講座 & 寄り添いボランティアのすすめ	
3. 認知症サポーター“ステップアップ”講座 & 寄り添いボランティアのすすめ	
4. 「認知症サポーターズカフェ」と「せんだい認知症サポーター倶楽部」の設立	
II 考察	75
III これからの期待と今後の展開	79
【資料集】	89
・アンケート用紙	
・報道記事	
・イベント告知等	

I 実践研究

1. フレイル予防は、お口から & 寄り添いボランティアのすすめ
2. 簡単スマートフォン・アプリ操作講座 & 寄り添いボランティアのすすめ
3. 認知症サポーター“ステップアップ”講座 & 寄り添いボランティアのすすめ
4. 「認知症サポーターズカフェ」と「せんだい認知症サポーター倶楽部」の設立

2019年

7月8日(月)

14:00~17:00

(受付) 13時30分から

シリーズ①

(公財) 日本社会福祉弘済会 助成事業

フレイル予防は、お口から & 寄り添いボランティアのすすめ

●定員：先着【30人】 空きがある場合は当日受付あり

●主要内容

【第一部】フレイル予防は、お口から
講師 せんだんの里 (歯科衛生士)(管理栄養士)

【第二部】寄り添いボランティアのすすめ
講師 吉永 馨 (仙台敬老奉仕会・理事長)
岡本仁子 (仙台敬老奉仕会・理事)

参加費

無料



◆「フレイル」とは、加齢による「虚弱」状態をいいます。フレイル予防の第一歩は、「お口の健康」と「栄養のある摂りやすい食事」です。

●会場：仙台市福祉プラザ 10階 第2研修室

【地下鉄】

市営地下鉄南北線 (仙台駅から「富沢行き」に乗車 約1分)

➡「五橋駅」下車 南1番出口から徒歩3分

【バス】

市営バスまたは宮城交通バス

➡「五橋駅」下車 徒歩4分

➡「福祉プラザ前」下車 徒歩3分



【お申込み先】

せんだんの里
地域連携推進グループ

「申込用紙」は裏面にあります

sato2019ev@gmail.com

電子
メール



お待ちしています



シリーズ② 8月26日(月) 13:30~17:00

会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

「簡単スマートフォン・アプリ操作講座」

& 「寄り添いボランティアのすすめ」

シリーズ③ 9月12日(木) 13:30~16:30

会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

「認知症サポーター“ステップアップ”講座」

& 「寄り添いボランティアのすすめ」

電話

022-303-7552

FAX

022-303-7572

主催

特定非営利活動法人 仙台敬老奉仕会 <http://sendaikeirou.web.fc2.com/>
社会福祉法人 東北福祉会 <https://www.sendan.or.jp>

【講師】吉田真理沙（せんだんの里／管理栄養士）

- 1 -

* フレイル予防 食事編 *

① 次のような症状はありますか？

- ◇最近、急激に体重が減った
- ◇食事が美味しいと感じない
- ◇自分の食事は栄養が足りていないと思う
- ◇自分は健康ではないと感じる

感染症にかかりやすくなり、寝たきりの状態になりやすくなってしまうため、注意が必要です。



② 食生活で大切なことは、バランスの良い食事になります。

1日3食、主食+主菜+副菜を揃えてきちんと食べましょう。＊蛋白質を意識してとりましょう。→蛋白質が不足すると筋力の低下、骨折、病気にかかりやすくなり、老化の促進にも繋がります。



1日の目安量

1日に必要なエネルギー・蛋白質量

	男性	女性
エネルギー (kcal)	2,200	1,750
たんぱく質 (g)	60	50

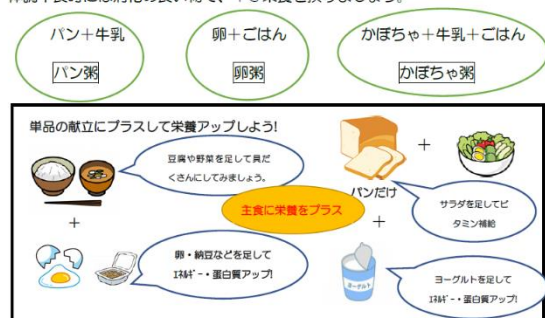
参考：日本人の食事摂取基準(2015年版)



- 3 -

◇調理に工夫してみましょう！

体調不良時には消化の良い物で、+α栄養を摂りましょう。



④ 試食してみましょう！

・「料理に混ぜる 栄養パウダー」 1袋(5.5g)

→温かい料理に入れて混ぜて使用します。お粥や汁物にお勧めです。1袋あたり、蛋白質3g、エネルギー27kcal 摂取することが出来ます。



・「キュービーやさしい献立」

→ハンバーグ、肉じゃがなどのおかずから、おじやもあります。具材の形は残っていますが、スプーンなどで簡単につぶせるくらいの柔らかさになっています。

塩分を抑えながらも素材のうま味をいかした味つけて、 エネルギー・たんぱく



- 2 -

③ 食事が摂りにくいと感じたら・・・？原因を確認してみましょう。

◆食事量を十分に摂ることが難しい

→ 普段の料理にプラス工夫でエネルギー量をアップさせましょう。

◆うまく食事を噛む、飲み込むことができない

→ 食べやすい調理の工夫が必要になります。



◇飲み込みしやすくする

・適度な水分を含ませる

・のど越しをよくする（ゼラチンで固める）

・油脂やつなぎでまとめる（芋にマヨネーズを混ぜてまとまりよく、卵や小麦粉などつなぎとして使う）

・トロミを付けてばらけるのを防ぐ

・調理法の工夫（食材の繊維を断ち切るように切る・つぶす・すりおろす・煮込む）

・さらさらした液体にはとろみをつける



家族(介護者)と同じ食事内容から変化させる



- 4 -

質・カルシウム・食物繊維を強化しています。

フレイル予防はまずは食事からチェック！！

今日のこれまでの食事で食べたものにチェックを入れてみましょう。

① 肉	
② 魚	
③ 卵	
④ 牛乳・乳製品	
⑤ 大豆製品	
⑥ 海藻	
⑦ いも	
⑧ 果物	
⑨ 油脂	
⑩ 緑黄色野菜	

※注意

同じ食品は1日何回食べても1品目ですよ！市販の惣菜や外食の時はわかるものだけを数えましょう。量より、種類をたくさん摂ることが大切ですよ。



【楽しく学ぶ口腔ケアと健口体操】

知っていますか？健康寿命



日本はすでに、4人に1人が65歳以上の超高齢社会に突入しています。また2025年には団塊の世代が75歳の後期高齢者となり、その数は2000万人を超えるものと推測されています。「健康寿命」とは元気に自立して日常生活できる期間のことです。厚生労働省は「健康寿命」と「平均寿命」には男性で約9年、女性で約12年の差がある事を公表しています。

「健康寿命」と「平均寿命」の差を短くするためには日常生活における様々な老化のサインを早期に発見し、年を取るにつれて出現する生活機能の低下を予防することが必要です。

健康長寿の3つの柱。

年を重ねることに体力や筋力が低下し、今まで何気なく行ってきた日常の行動が面倒になってくることはありませんか？3年前を振り返ってみてください。例えば遠出をする機会が減った、あるいは日常生活でも似たような食事状態になっている、体調を崩しやすくなった……など自覚症状はなくても変化していることはないでしょうか？

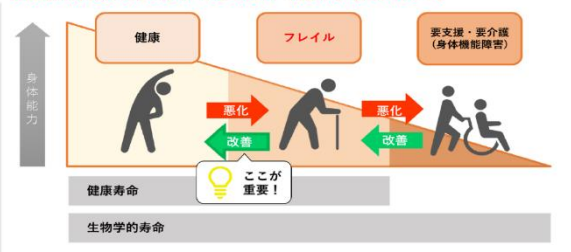
東京大学高齢社会総合研究機構では、千葉県柏市で高齢者2000人を対象とした大規模な調査（柏スタディ）を実施しました。その結果、**毎日いきいきと健康的な生活をしていく為には、「しっかり噛んで、しっかり食べる事」「運動をする事」「社会参加をすること」**をバランスよく実践することが非常に大切である事がわかりました。



【フレイルをご存知ですか？】

フレイルとは、身体がストレスに弱くなり、身体機能や認知機能の低下がみられる状態のこと。健康な状態と要介護状態の中間に位置します。加齢に伴って一方的に衰えた状態である【老衰】

【衰弱】などとは少しニュアンスが異なり治療や予防を行うことで健康な状態に戻る事ができるという意味が含まれます。



やってみよう！指輪っかテスト



【オーラルフレイルにご用心】

『オーラルフレイル』は、固いものがかみにくい、口が乾く、お薬などが飲みにくいなどのささいな口腔機能の低下から始まります。早めに気づき対応することが大切です。これらの様々な口の衰えは身体のフレイルと大きく関わっています。

加齢に伴う口腔の4大トラブル



お口のトラブルを放っておくと全身の健康に悪影響を及ぼすことがわかっています。

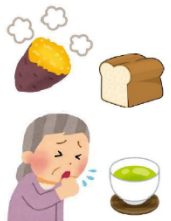
カムカムチェック(噛む力)

- ① 固いものを日常的に食べていますか？
- ② かかりつけの歯医者さんがいますか？
- ③ 大きなお口(指3本分)を開けられますか？
- ④ 奥歯を食いしばる事ができますか？
- ⑤ カチカチ噛んだ時、こめかみの筋肉が動きますか？



ゴックンチェック（飲む力）

- ①30秒間でだ液を3回以上飲めますか？
- ②10秒間で「パ」「タ」「カ」をそれぞれ60回以上言えますか？
- ③お茶や汁物でムセることはありますか？
- ④食後、食べ物がお口の中に残る事がありませんか？
- ⑤パンや焼き芋が飲み込みにくいですか？



カサカサチェック（乾燥）

- ①お口を大きく開けると、だ液が出ますか？
- ②パサパサしたものが食べにくくないですか？
- ③会話中、舌が張り付く感覚はないですか？
- ④常に飴玉や水分を持ち歩いていませんか？
- ⑤日常的に飲んでいるお薬がありませんか？



ツルツルチェック(清掃状態)

- ①お口のネバつき・口臭が気になりますか？
- ②舌の上が白くなっていませんか？
- ③舌で歯を触るとツルツルしていますか？
- ④歯磨きの時、歯ぐきから出血しませんか？
- ⑤食べ物がよく歯と歯の間に挟まりませんか？

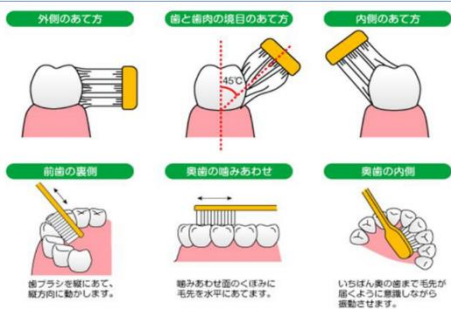


噛むことの効用！

- ▶「ひ」…肥満予防
- ▶「み」…味覚の発達
- ▶「こ」…言葉の発音がはつきり
- ▶「の」…脳の発達
- ▶「は」…歯の病気を防ぐ
- ▶「が」…ガンの予防
- ▶「い」…胃腸の働きを促進
- ▶「ぜ」…全身の体力向上と全力投球



基本となる歯の磨き方



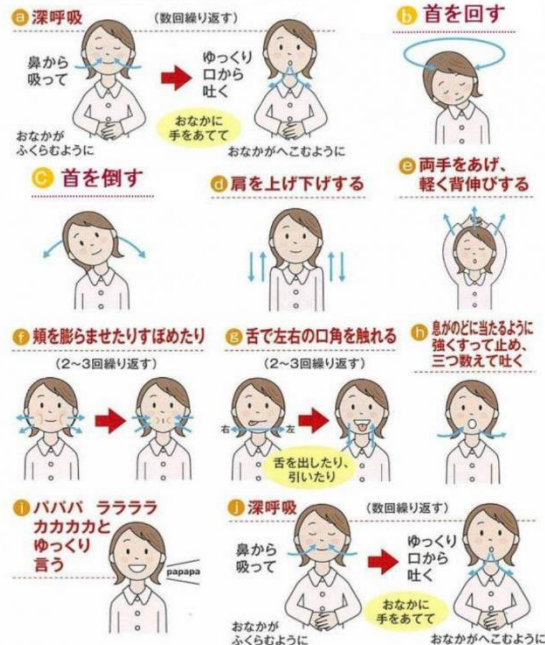
だえきせん 唾液腺マッサージ



① 食べる前の準備体操

毎食前 1セット実施
(1～2分)

意義／頸部の緊張をとり嚥下をスムーズにする



寄り添いボランティアの奨め

仙台敬老奉仕会
吉永 馨

介護施設の利用者さん

1. 体の弱ったお年寄り。介護度3～5。家族がいない、あるいはあっても介護し切れない。施設のお世話になる。
2. 施設の職員は一生懸命のお世話をする。人手が足りないので最低限の必要なことしかできない。手が届かない部分がある。お年寄りの話しをとゆっくり聞く時間はない。
3. お年寄りは寂しい。家に帰りたい。
4. ボランティアが行って話し相手になると、とても喜ぶ。また来るのを待っている。

年寄りの介護

1. 人は体と心からなる。
2. 体の介護（食事や清潔）は絶対必要だが、人はそれだけでは生きられない。心の介護も必要不可欠。
3. 介護施設は体の介護で精一杯。心のケアはしたいけれども手が回らない。
4. これを補うのは市民の善意だけである。

外国ではボランティアが多い

1. アメリカやカナダでは、施設のベッドの数よりもボランティアの数の方が多い。
2. ボランティアは毎週1度か2度お年寄りのところに行き、2～3時間共に過ごす。
3. 彼らはこれを友情訪問、あるいはBefriending（友達付き合い）と呼ぶ。
4. ボランティアをすることは14歳から年寄りまで。国民の44～48%は何らかのボランティアをしている。
5. ボランティアは生き甲斐になり、楽しみになるので、いつまでも辞めない。

日本のボランティア

1. 日本ではコーラスグループ、舞踊団、奇術や腹話術などの慰問が多い。
2. 時々しか来ない。介護力にはならない。
3. 欧米では、この種のボランティアは慰問と言い、ボランティアとは言わない。
4. 介護の一部を担い、年寄りを喜ばすのは寄り添いボランティアだけである。

介護職員の不足

	2017年度	2020年度	2025年度
需要見込み	2,078,300人	2,256,854人	2,529,743人
供給見込み	1,953,627人	2,056,654人	2,152,379人
充足率	94.0%	91.1%	85.1%
不足する介護職員の数	124,673人	200,200人	377,364人

地域医療介護総合確保推進法

1. 平成26年、国会は上記の法律を制定し2025年問題(単に25年問題とも呼ばれる)に対処しようとしている
2. 各県に「地域医療構想調整会議を設置し、県ごと、地域ごとに地域包括ケアプランを作成せよ指令した。
3. そこ骨子は①医療介護関係社の組織化と効率化。
②ボランティアやNPOの活用（市民力の導入）。
4. 地域の事情に応じて工夫せよ。

7

政府の人手不足対策

- 外国人6万人の導入
- ロボットの活用
- 離職者の呼び戻し
- 介護助手の採用

- 介護職員の賃金上げはない
- ボランティアやNPOの言及がない。これは国の責任ではなく、民間の奮起に待つということらしい。
外国では行政が指導している。

敬老奉仕会の設立

1. 平成18（2006）年、寄り添いボラを育成して介護状況を改善したいと設立し、隔月に研修会を開いた。
2. 初めは施設側に理解がなく、寄り添いボランティアを受け入れて貰うのに3年掛った。未だに受け入れできないと考える施設が多い。行政も同様。
3. そこでアメリカやカナダと交流して彼らのやり方を学び、取り入れようとした。

カナダの3人



会場風景



ブリュエール病院での実習



現状と将来

1. 上記のような努力の結果、現在12の施設でおよそ40人が寄り添いボランティアをして喜ばれている。
2. 最近、角田市、気仙沼市、富谷市などで寄り添いが始まっている。
3. しかしいまだに、従来の考えから抜け出ず、ボランティアに無関心な施設も多い。
4. 今後は、施設側の理解、行政側の理解を得るようにしたい。そこ機運は出ている。そして欧米に追い付きたい。

時代の変遷

1. 現代は急速に変化している。高齢化も、こういう長寿時代も歴史上始めて。
2. 時代が変われば、それに対応しなければならない。
3. 高齢化対策はなされているが、変化に追い付いていない。
4. 寄り添いボランティアを嫌う施設が多く、ボランティア制度が普及しないのはその証拠
5. それを早急に打ち破らないと、25年に状況が悪化し、介護地獄が出現する恐れがある。

ボランティアの様子



寄り添いボランティアの 奨め

1. 介護施設の深刻な人手不足を補うには、市民の無償奉仕が必要不可欠である。
2. 寄り添いボランティアは楽しい。これほど生き甲斐を感じさせるものはない。
3. 外国ではボランティア歴20～30年という人が多い。義務感では続かない。楽しく、生き甲斐になるから続く。
4. この楽しみを日本でも市民に広く提供しなければならない。
5. 寄り添いボランティアは市民にとっても必要。

フレイル予防は、お口から & 寄り添いボランティアのすすめ



「3回シリーズ」講座の開会です



咀嚼・嚥下レベルに応じた食物の試食



飯川仁美・歯科衛生士による講義



吉永先生の「寄り添いボランティア」解説



受講者の方と対話しながら実演します



岡本先生による寄り添いボランティアの実際



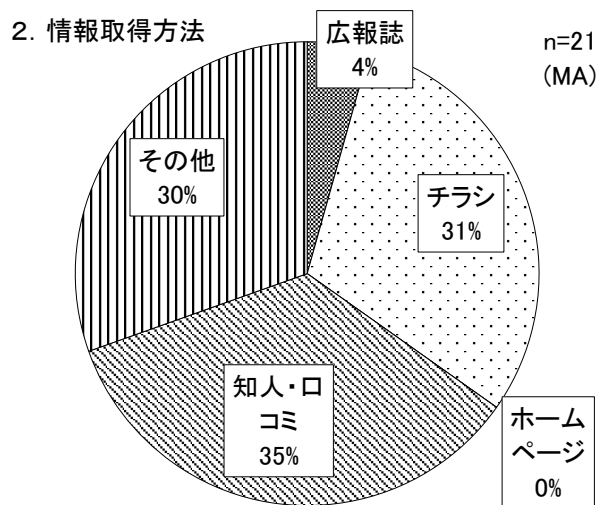
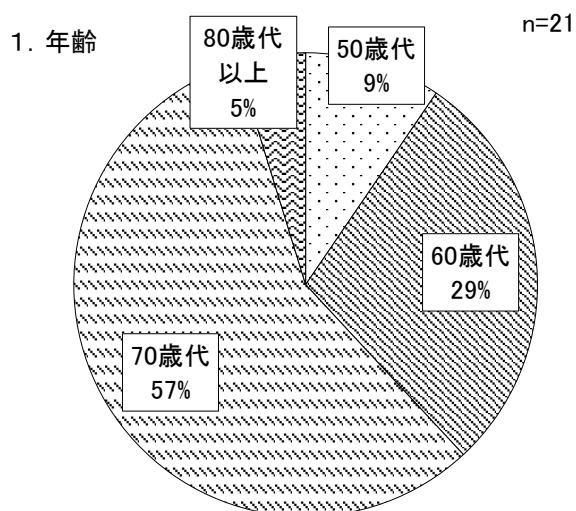
吉田真理沙・管理栄養士による講義と試食



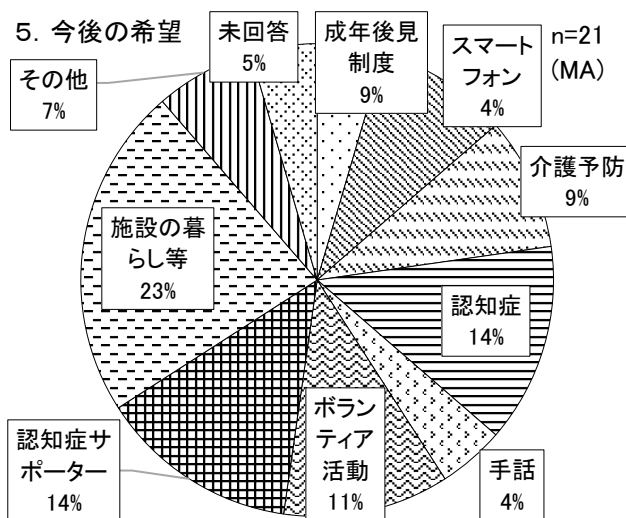
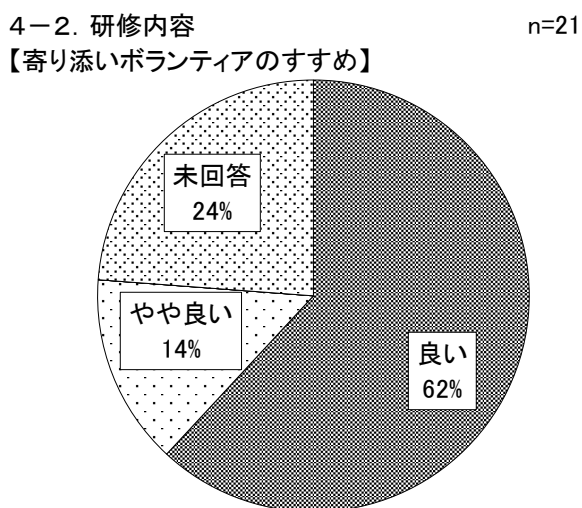
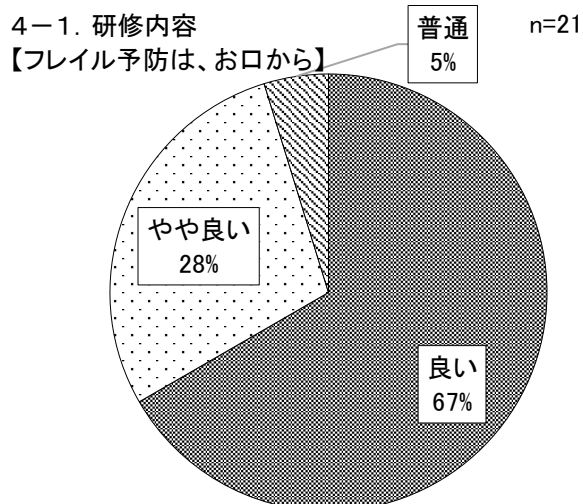
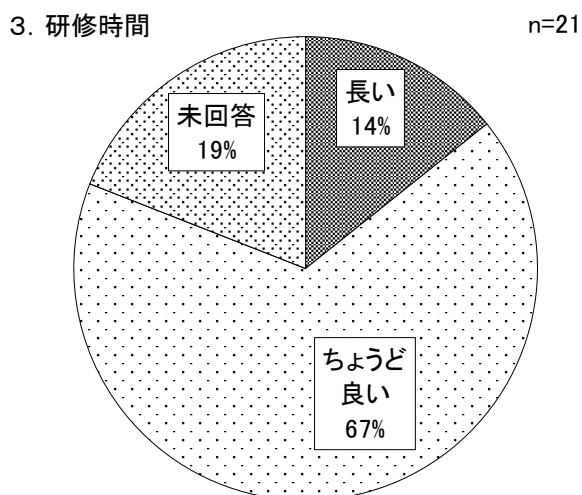
受講の様子

フレイル予防は、お口から & 寄り添いボランティアのすすめ 【アンケート調査集計結果】

アンケート調査回収率（84%）／参加者（25名）

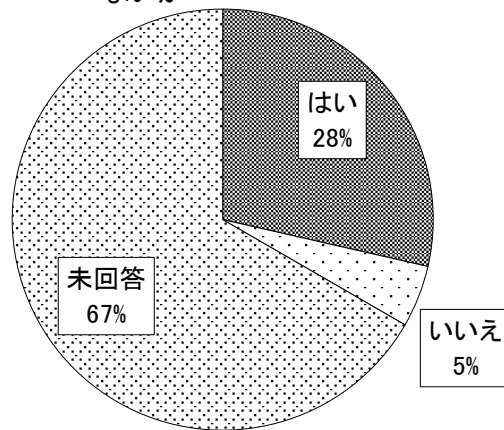


【その他】不詳(7)



【その他】自宅での看取り(1) 将来の勉強(1) 未来への提言(1)

6. ボランティア活動に関する連絡しても
よいか n=21



2019年

8月26日(月)

13:30~17:00

(受付) 13時00分から

シリーズ②

(公財)日本社会福祉弘済会 助成事業

簡単スマートフォン・アプリ操作講座 & 寄り添いボランティアのすすめ

●定員：先着【20人】 空きがある場合は当日受付あり

●主な内容

【第一部】 簡単スマートフォン・アプリ操作講座

講師 スマートフォン・アドバイザー 協力：ソフトバンク株式会社

- 「スマートフォン」は全員にお貸出 →アンドロイド最新機種「グーグル・ピクセル3」
- 現在、スマートフォンをお持ちでない方はもちろん、ご利用中の方もご参加できます。
- 他社のアンドロイド・スマートフォンをご利用中の方も大歓迎です。

◆◆ こんな方には、特にお勧めです ◆◆

- スマートフォンの購入をお考えの方（会場での販売はいたしません）
- スマートフォンの機能を、もっと使ってみたい方

【第二部】 寄り添いボランティアのすすめ

講師 吉永 馨（仙台敬老奉仕会・理事長）
岡本仁子（仙台敬老奉仕会・理事）

参加費
無料



Google Pixel 3



●会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

お申込み先

せんだんの里
地域連携推進グループ

「申込用紙」は裏面にあります

電子
メール

sato2019ev@gmail.com



お待ちしています



【地下鉄】

市営地下鉄南北線（仙台駅から「富沢行き」に乗車 約1分）
→「五橋駅」下車 南1番出口から徒歩3分

【バス】

市営バスまたは宮城交通バス
→「五橋駅」下車 徒歩4分
→「福祉プラザ前」下車 徒歩3分

シリーズ③ 9月12日(木) 13:30~16:30

会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

「認知症サポーター“ステップアップ”講座」
& 「寄り添いボランティアのすすめ」

電話

022-303-7552

FAX

022-303-7572

主催

特定非営利活動法人 仙台敬老奉仕会 <http://sendaikeirou.web.fc2.com/>
社会福祉法人 東北福祉会 <https://www.sendan.or.jp>

用語の解説

タップ	ちゃんと触る
スワイプ (スライド)	(上下左右) 指でなぞる ・すべらせる
フリック	(上下左右) 指ではじく
ピンチアウト (拡大)	2本の指を広げる
ピンチイン (縮小)	広げた指を近づける



スマホの画面によく出てくる記号です！

	メニュー		1つ前に戻る		1つ先にすすむ
	メニュー		1つ前にもどる		ホーム画面にもどる
	送信する		連絡先		追加する

ぜひ覚えておきましょう！

キューアール QRコードを読み込んでみよう！

その1 電話帳に電話番号を読み込む！



電話帳に打ち込まずに
電話帳登録ができる！



その2 おすすめのホームページを読み込む！

社会福祉法人
東北福祉会



せんだんの里



ブログ



入力の手間が省けて簡単に
ホームページが見れる♪



その他いろいろ♪ 地図の位置情報
を読み込む！



お会計を読み込む

簡単スマートフォン・アプリ操作講座 & 寄り添いボランティアのすすめ



スマホ・ユーザーが待ちに待った講座です



吉永先生の「寄り添いボランティア」解説



質問が相次ぎます



質問にも常に穏やかで明快な回答をなされます



詳しい操作は個人別の対応で



岡本先生の見えるようなお話しに感動します



「できたあ」と歓声が

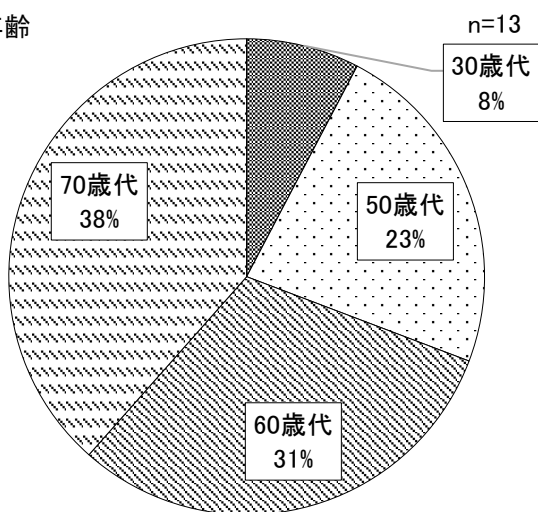


受講の様子

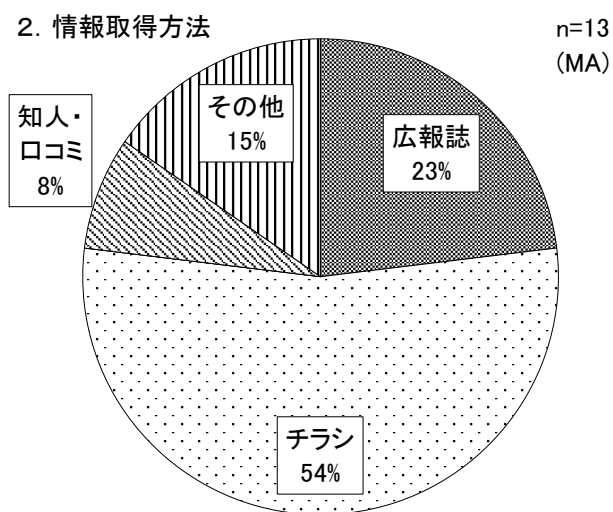
簡単スマートフォン・アプリ操作講座 & 寄り添いボランティアのすすめ 【アンケート調査集計結果】

アンケート調査回収率（72%）／参加者（18名）

1. 年齢

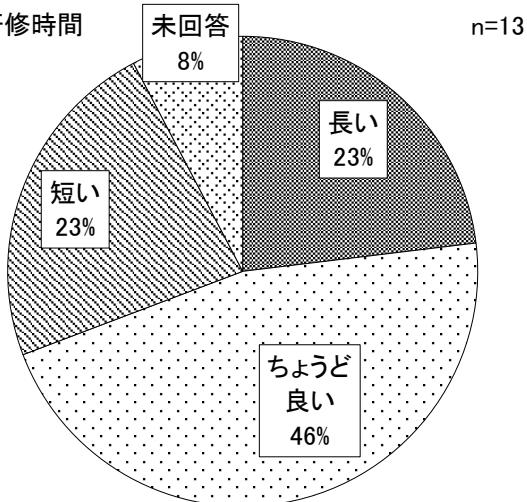


2. 情報取得方法



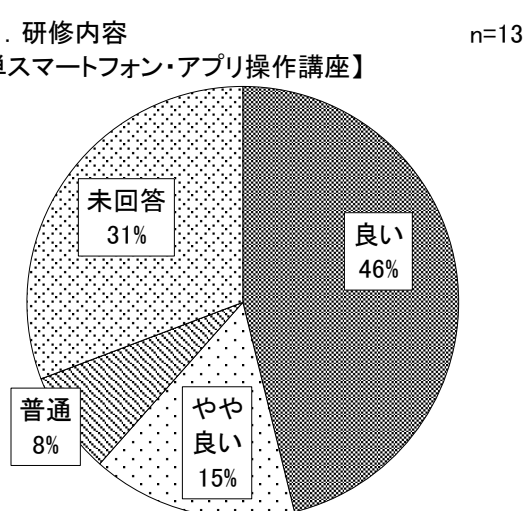
【その他】豊齢学園からの紹介(1) 不詳(1)

3. 研修時間



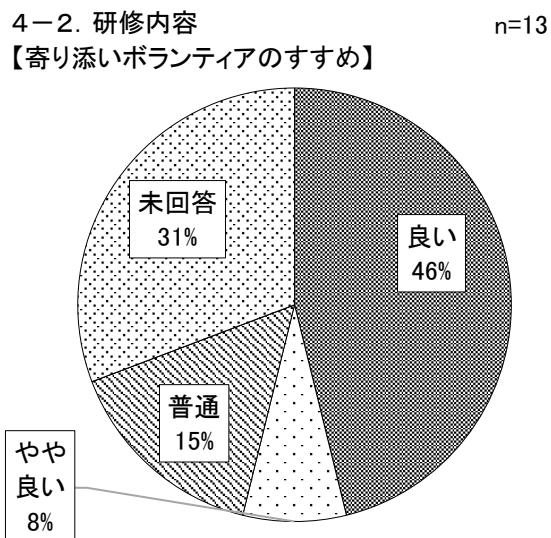
4-1. 研修内容

【簡単スマートフォン・アプリ操作講座】

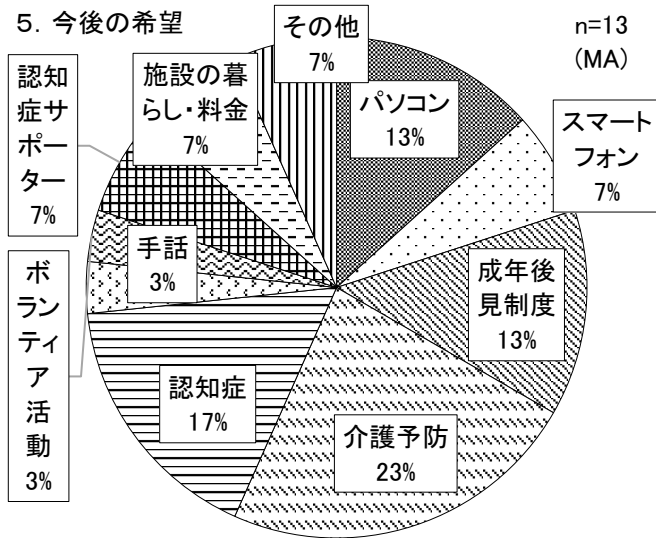


4-2. 研修内容

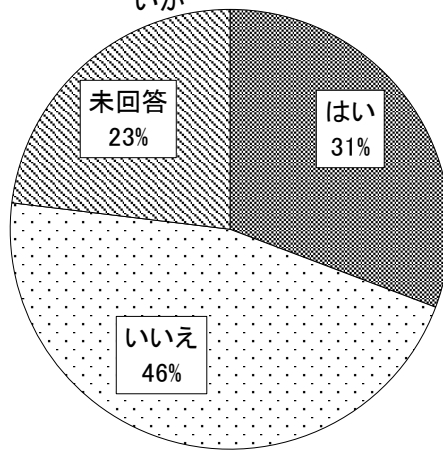
【寄り添いボランティアのすすめ】



5. 今後の希望



6. ボランティア活動に関する連絡してもよ
いか n=13



2019年

9月12日(木)

13:30~16:30

(受付) 13時00分から

シリーズ③

(公財)日本社会福祉弘済会 助成事業

認知症サポーター“ステップアップ”講座 & 寄り添いボランティアのすすめ

●定員：先着【30人】 空きがある場合は当日受付あり

●主な内容

参加費

無料

【第一部】 認知症サポーター“ステップアップ”講座
＝標準とは違う内容のサポーター養成講座です＝

講師 舟越正博（せんだんの里総合施設長・認知症介護指導者）

●講座内容を活かした活動をしていませんか？ ご希望によりパート等の仕事も可能です。

◆◆ こんな方には、特にお勧めです ◆◆

- 認知症サポーター養成講座を受けた方も、初めての方でも、よくわかる「サポート」の意味と方法。
- 「自分」「家族」のことを考えたい、「人の役に立つ」活動してみたい、「仕事」を見つめたい。

【第二部】 寄り添いボランティアのすすめ

講師 吉永 馨（仙台敬老奉仕会理事長・東北大学名誉教授）
岡本仁子（仙台敬老奉仕会理事）



●会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

お申込み先

せんだんの里
地域連携推進グループ

「申込用紙」は裏面にあります

電子
メール

sato2019ev@gmail.com



お待ちしています

【地下鉄】

市営地下鉄南北線（仙台駅から「富沢行き」に乗車 約1分）

➡「五橋駅」下車 南1番出口から徒歩3分

【バス】

市営バスまたは宮城交通バス

➡「五橋駅」下車 徒歩4分

➡「福祉プラザ前」下車 徒歩3分

シリーズ② 8月26日(月) 13:30~17:00

会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

「簡単スマートフォン・アプリ操作講座」

& 「寄り添いボランティアのすすめ」

電話

022-303-7552

FAX

022-303-7572

主催

特定非営利活動法人 仙台敬老奉仕会 <http://sendaikeirou.web.fc2.com/>
社会福祉法人 東北福祉会 <https://www.sendan.or.jp>



認知症サポーター

ステップアップ講座

認知症介護指導者
認知症キャラバンメイト

社会福祉法人 東北福祉会 せんだんの里
総合施設長 舟越 正博

(介護福祉士・社会福祉士・介護支援専門員)



本日の予定

- 1 認知症サポーターとは？
- 2 認知症とは？
- 3 認知症の人の特性とサポート
- 4 介護アシスタントと寄り添いボランティア



認知症サポーターの役割とは？

- “認知症”を【正しく】理解できる人
- 認知症の“人”に【偏見をもたない】人
- 認知症の“人”を【見守ることができる】人
- 認知症の“人”に【よりよく対応できる】人

■ 認知症サポーター数 合計 11,643,724人
(令和元年6月30日現在)

■ 新オレンジプラン改訂版

→「認知症施策推進大綱」へ

令和2年度末までに1,200万人を養成。

企業・職域型で400万人を養成。

認知症サポーターの役割とは？

地域(暮らしの場)で

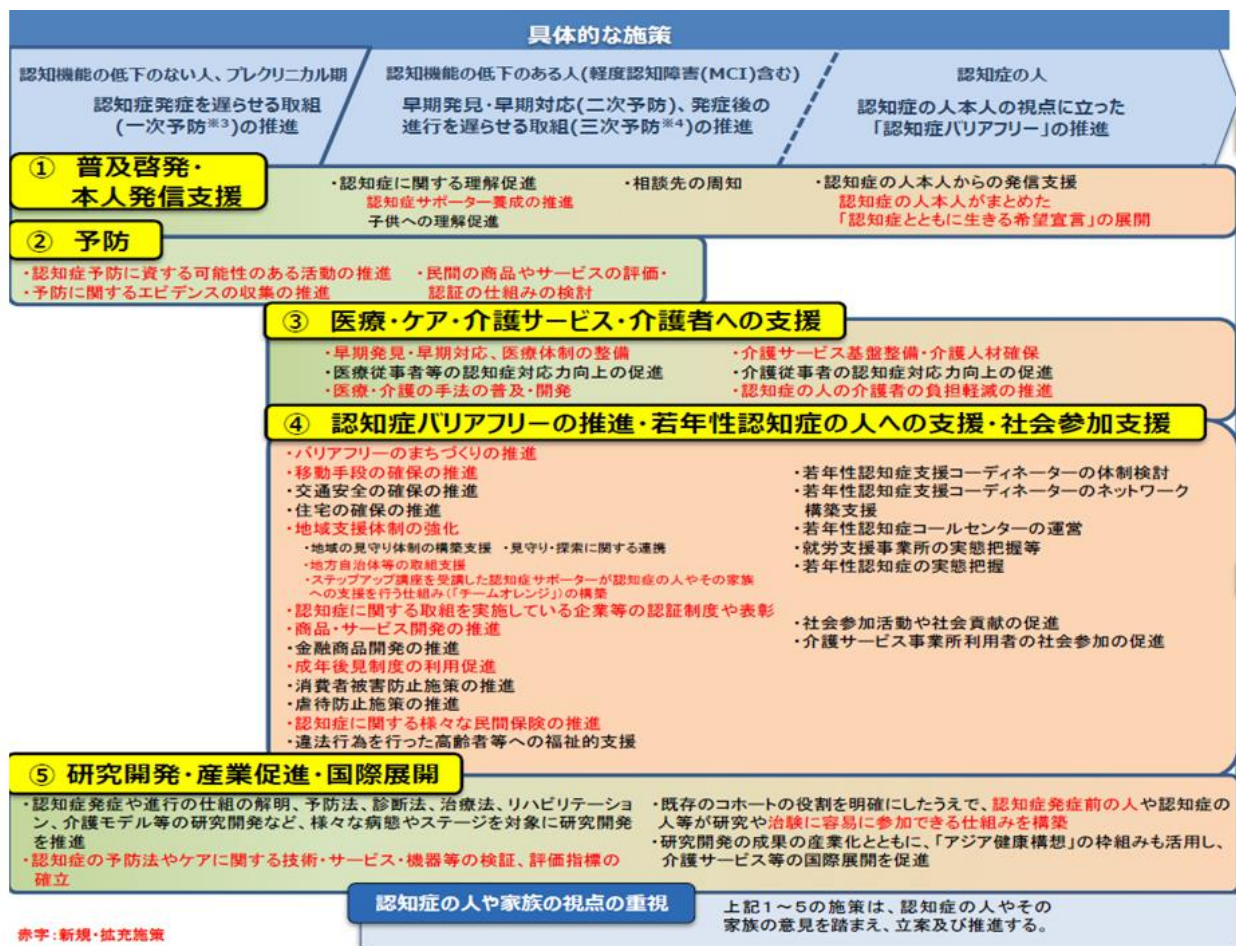
例えば…

1. 困っている様子が見えたら、「何か、お手伝いすることは、ありませんか？」と、言葉をかけてみます。
2. 家族介護者には、ねぎらいの言葉をかけることで、家族の気持ちは楽になります。

職域(仕事の間)で

例えば…

1. 地域で働く人の理解があれば、本人は(家族とともに)、買物や食事に出かけやすくなります。
2. 日常生活で直接かかわる業種の人々の理解と協力は、暮らしの大きな支えとなります。



赤字:新規・拡充施策

※3 認知症の発症遅延や発症リスク低減 ※4 重症化予防、機能維持、行動・心理症状の予防・対応

英国版・認知症サポーター(ディメンシア・フレンド)

1 | 認知症の人の友達になる



- 1) 認知症の人の友人は、自分で自分たちの【コミュニティ】を助けることができるように、認知症について学びます。
- 2) これらのアクションに、時間はかかりません。
認知症であなただけが知っている誰かを【訪問】することから、お店で並んで辛抱強く【待つ】ことまで、あらゆる行動が重要です！
認知症フレンドは、また意識を高めるためのボランティア、キャンペーン、バッジの着用などにも参加することができます。



英国版・認知症サポーター(ディメンシア・フレンド)

2 | 認知症フレンズ・チャンピオンになる

認知症フレンズチャンピオンは、地域社会で認知症とともに生きる人々に、前向きな変化をもたらすことを、他の人々に【奨励】するボランティアです。



3 | 組織を登録してください

あなたや、あなたたちの組織を「認知症フレンド」に登録してください。

認知症とは？



1. 病気のひとつだが、認知症とは“**症状**”のことを指す

＜介護＞

＜看護＞

2. 脳の器質的障害
(脳細胞が“**損傷**”する)

＜医学薬学＞

＜臨床検査＞

3. 知的機能の**全般的**な低下

＜心理学＞

4. 社会生活、職業生活、
家庭生活などに支障があり、
“**通常**”の生活を営めない

＜介護＞

【ホスピタリティ】
目配り
気配り
心配り

5. 原因や要因は**様々**である

認知症の【一次要因】

1 アルツハイマー病

脳細胞の変性疾患

2 レビー小体病

脳動脈硬化・脳卒中

3 脳血管障害

4 ピック病等

脳細胞の変性疾患

(前頭側頭型認知症)

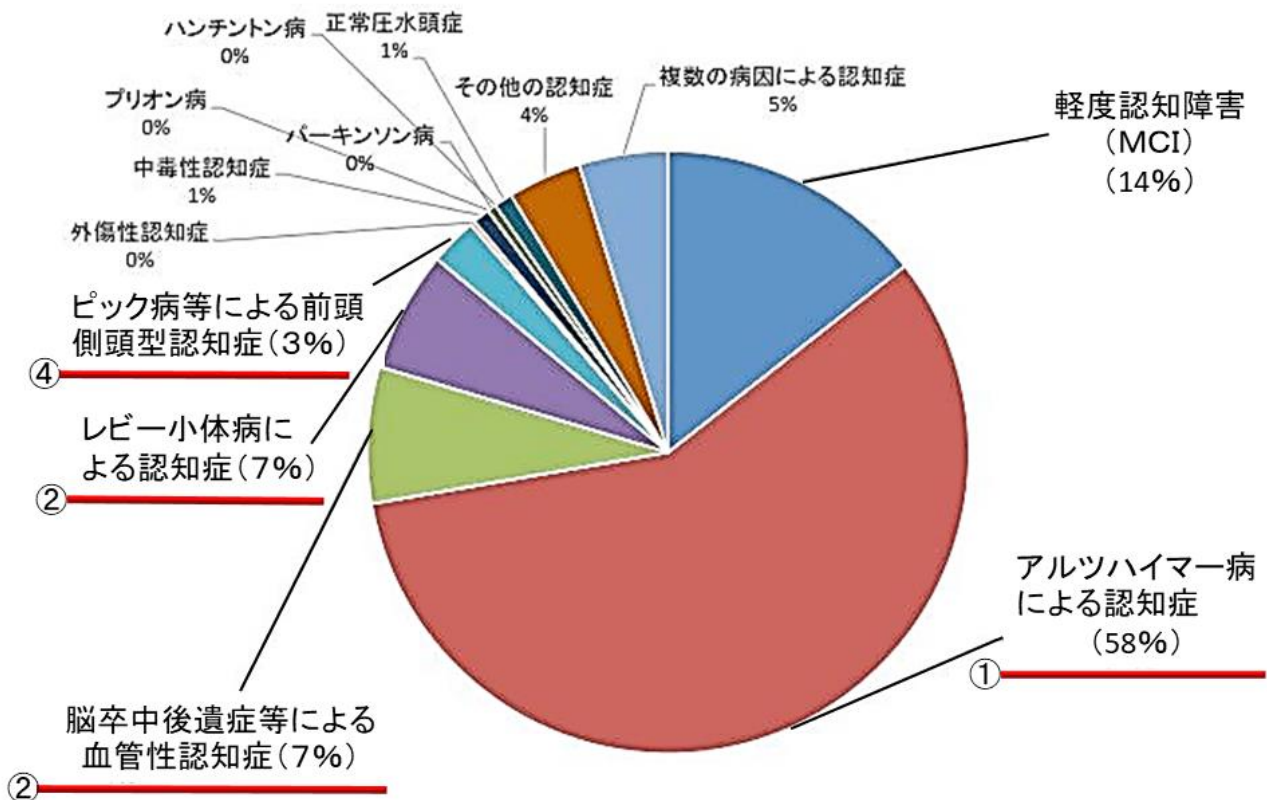
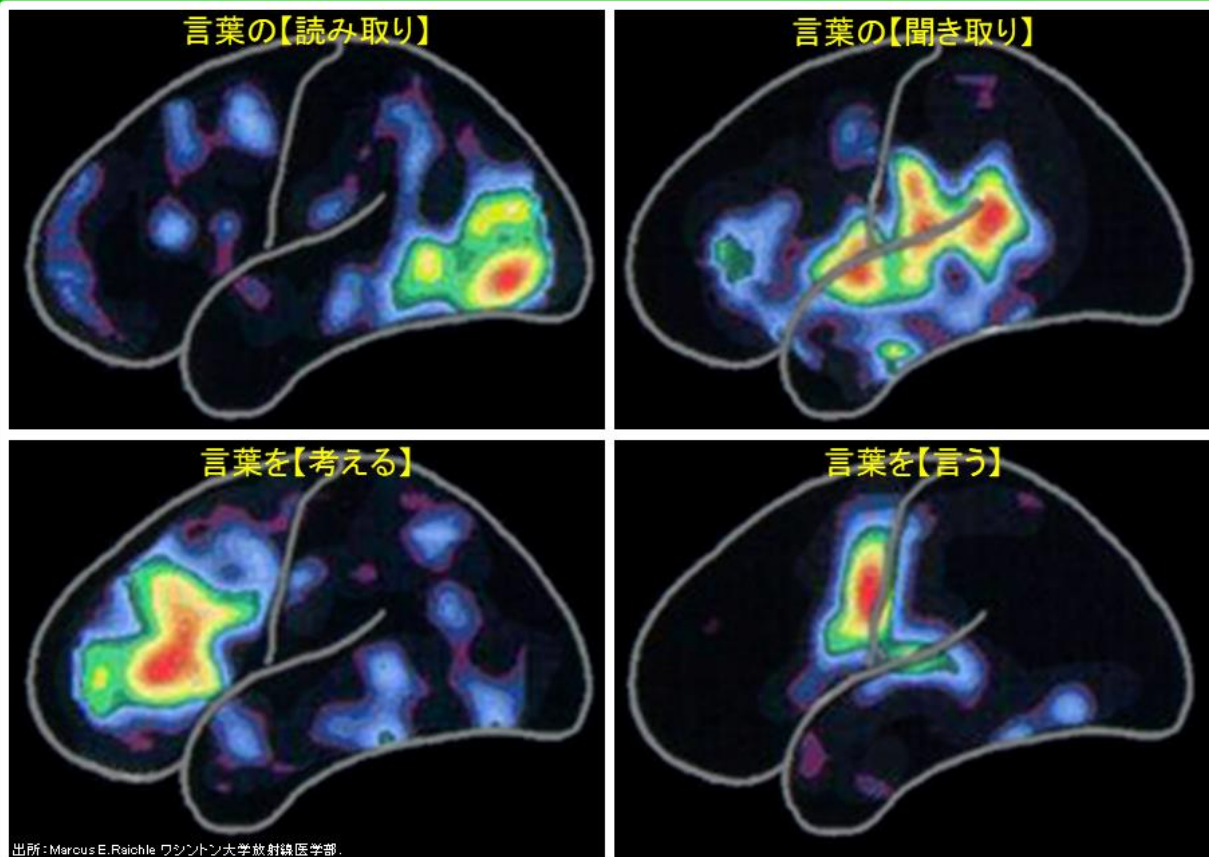
5 その他の原因

【少数例】として
代謝性(ビタミンB12欠乏、尿毒症、低酸素症等)
中毒性(薬物、有機化合物、CO、Alc等)

① 強い頭部打撲の既往歴

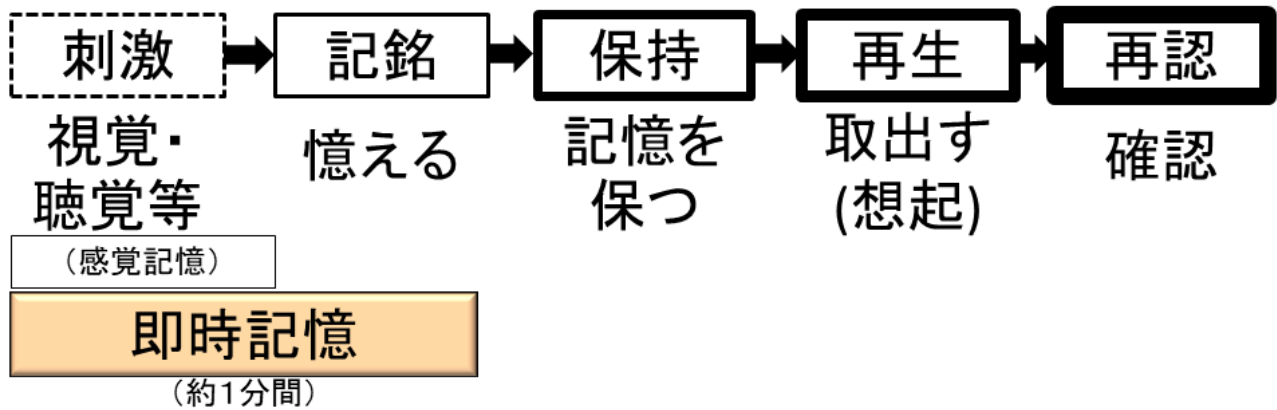
② 慢性硬膜下血腫、ほか

言葉に関する【脳の働き】



(作図上一部追記) 認知症疾患医療センターの新規外来受診患者の診断名別割合 (認知症疾患の患者総数23,484人)
厚生労働省老人保健健康増進等事業報告書 (研究代表者: 栗田主一, 2017年)

記憶の【貯蔵時間による分類】

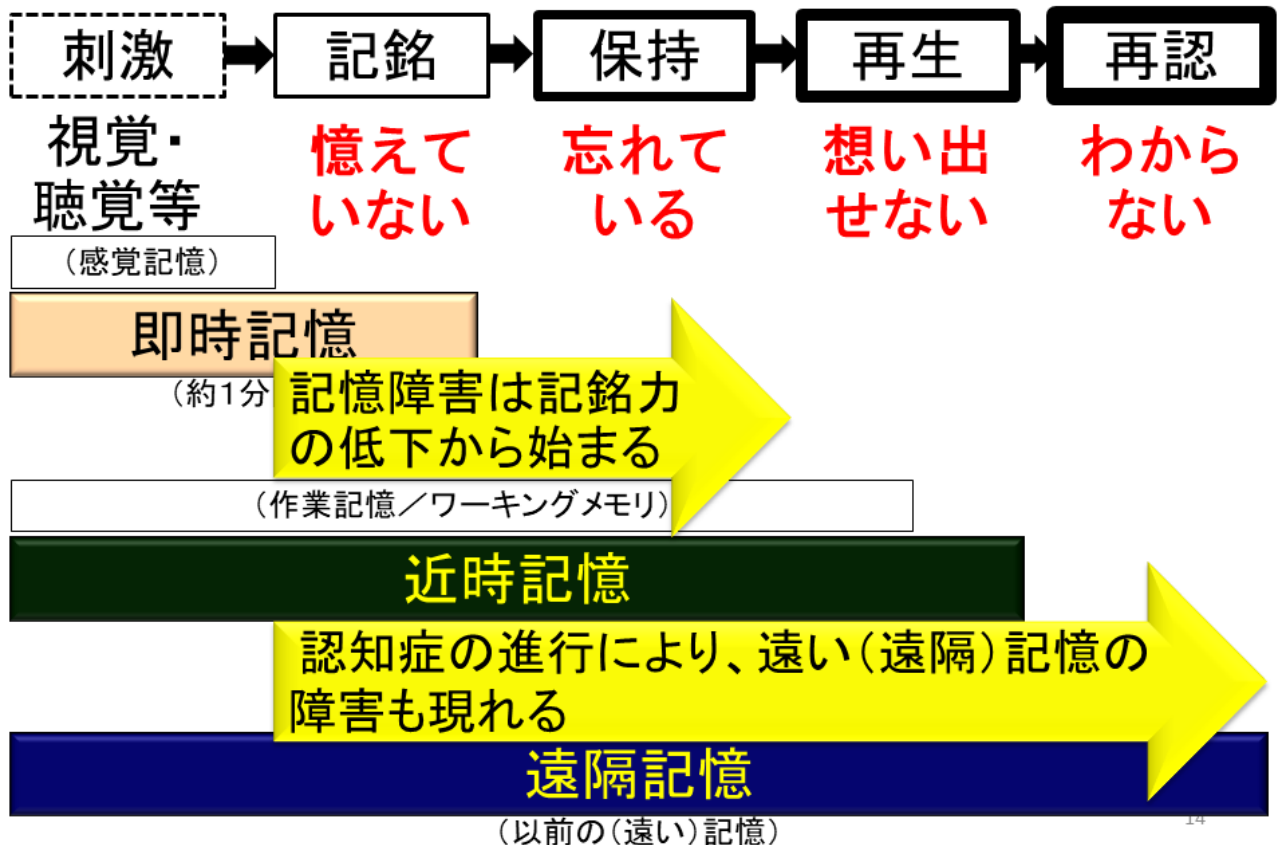


遠隔記憶

(以前の(遠い)記憶)

13

記憶の【貯蔵時間による分類】



14

アルツハイマー型認知症(ATD)の病態 ①

ごく軽い段階

ど忘れしたように感じる

- 1 | 特に、使い慣れている「**言葉**」や「**名前**」を忘れる。
- 2 | 鍵(かぎ)、メガネなど、普段よく使う物の「**置き場所**」等を忘れる。
- 3 | これらの問題は、健康診断でも**はっきりしない**。
友人、家族、職場の同僚も**はっきりわからない**。

15

出所:アルツハイマー病についての情報とリソース(一部改変), 国際アルツハイマー協会. (<https://www.alz.org/asian/about/stages.asp?nL=JA&dL=JA>)

アルツハイマー型認知症(ATD)の病態 ②

軽い段階＝軽度

家族、友人、同僚などが変化に気づき始める

- 1 | 家族や親しい人が、言葉や名前が思い出せないのに**気づく**。
- 2 | 家族、友人、同僚が、社会的または職場における役割を遂行する能力の低下に**気づく**。
- 3 | **新しく**知り合いになった人の名前を覚える能力が低下する。
- 4 | 文章を読んでも、ほとんど覚えていない。
- 5 | 価値のある物品を失くす、または置き忘れる。
- 6 | 計画を立てたり、整理する能力が低下する。



1. 家族（息子・息子の妻・孫）の考え方や対応で、「よい」と思えることは？

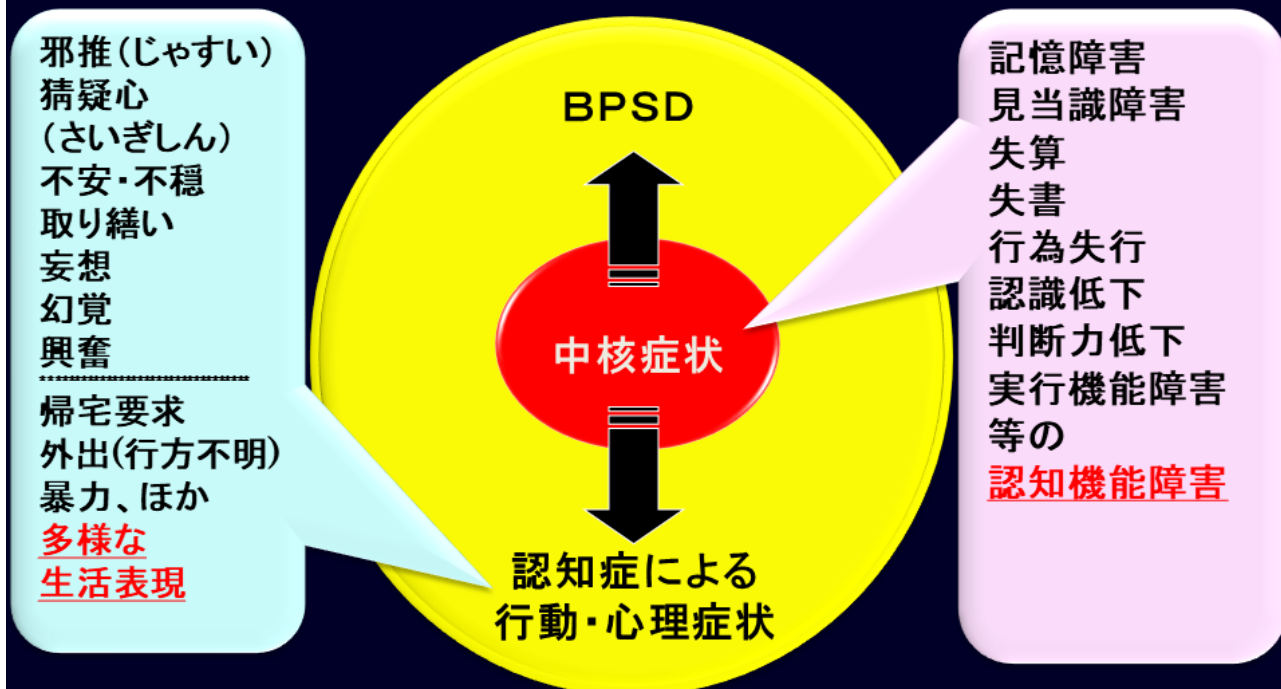
1. _____.

2. _____.

3. _____.



認知症の人の行動と心理の【特性】



19

認知症が気になったら？

認知症の初期症状【認知機能障害のチェックポイント】

0 MCI と認知症の初期症状は区別が付きにくい

1 近時記憶

○新しいことを覚えること・思い出すこと

- ①食事の内容 ②活動の内容 ③人と会ったこと
- ④最近の体験(エピソード) ⑤使う物の置場所、等

2 時間に関する見当識

失見当識(わからない) 誤見当識(間違える)

○季節・時間帯、日付・曜日に関する記憶と理解・判断

- ①季節感、午前・午後の区別がわからない、間違える
- ②日付や曜日がわからない・教えても覚えられない
- ③約束を忘れる、等

20

3 場所に関する見当識

失見当識(わからない) 誤見当識(間違える)

○場所に関する記憶・理解・判断

- ①トイレや自室等行き慣れた場所がわからない
(地理的見当識の障害)
- ②建物内でフロアを間違える、階数が違うと道に迷う
(空間的見当識の障害)

4 実行(遂行)機能

○計画・段取りに沿って行動すること

- ①今まで行っていた作業手順を忘れる・間違える
- ②家電製品など簡単な機械操作ができない
- ③小銭の計算ができない(お札を使おうとする)
- ④同時に二つのことができなくなる、等
(湯を沸かしながら洗い物をする、ほか)

21

5 判断力

○その場や時に応じた決断・行動をすること

- ①人前に出たがらなくなる(出不精になる)
- ②他者との交流を嫌がる
- ③物事への興味・関心が薄くなる、意欲が低下する
- ④仕事の方法を覚えようとしない、等

6 失行

○手足などを使った一連の動作がうまくできないこと

- ①着衣が乱れて、だらしなくなる
- ②紐を結べなくなる
- ③うがいをして、水をうまく吐き出せなくなる、等

失認

○感覚情報の一部が欠落したり、認識できないこと

- ①動作は正常だが、得意の大工仕事が苦手になる等

コミュニケーション障害に対する【支援】

●アルツハイマー型認知症

特徴

1 | 記憶障害・見当識障害、注意障害、等が目立つ

2 | 発語障害、読み書き障害⇒【言語障害】

- ① 喚語障害（指示語が多くなる）
⇒会話の理解力低下、語彙の減少、発話困難
- ② 勘違い・不信等 ⇒人間関係の支障

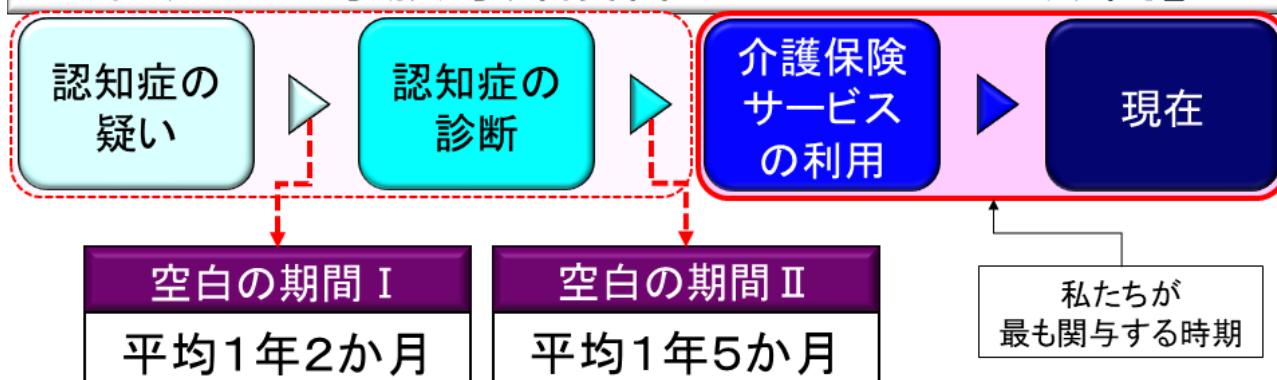
基本サポート

1 | 雑音を減らす、落ち着いた環境

2 | 正対して顔と表情が見えるように

3 | ゆっくり、短文で話す ⇒初期には文字や絵を見せる、中期以降はボディ・ランゲージを。

認知症の家族等介護者における『空白の期間』



ここで示す「空白の期間」は、家族を対象にしたアンケート（出所参照）の結果から得られたもので、必ずしも認知症のご本人のみのことを示したものではありません。

【空白の期間Ⅰ】

家族が異変を感じとる、または認知症の本人から異変を相談される、病院へ行くことを本人が拒む、その時期といえる。

【空白の期間Ⅱ】

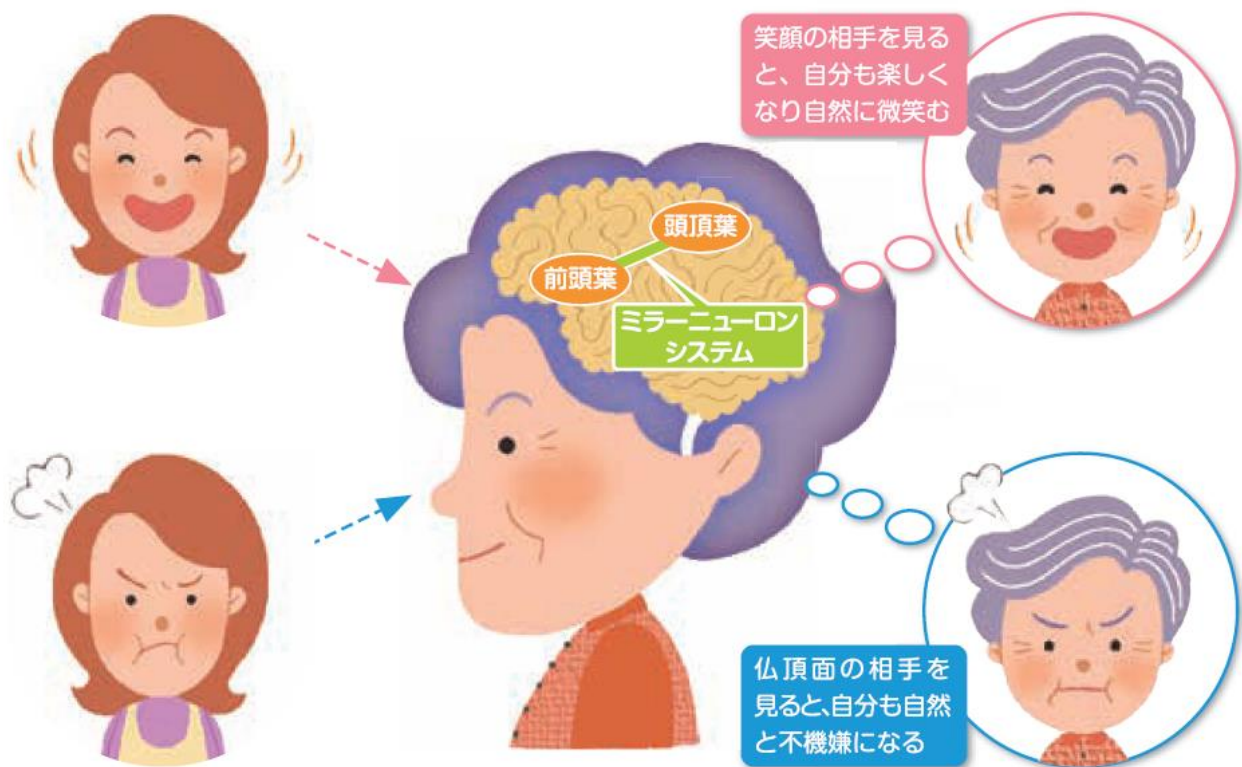
認知症と診断された直後の家族が将来への不安等、様々な不安を抱える時期、そして、介護保険サービスは必要としないが初期の支援がない時期、仮に支援があったとしても十分ではない時期といえる。

- 1. 「空白の期間」とは、（一社）日本認知症本人ワーキンググループの代表理事である藤田和子氏が提唱した言葉です。
- 2. 早期診断は進んできたが、診断後の支援が十分とはいえず、その間に社会的な孤立や様々な問題が生じる。また初期であるために、とりわけ目立たず、必要な支援につながらない。

25

出所 認知症疾患医療センターにおける診断後支援事例集-Q & Aでわかる診断後の認知症の人とそのご家族の支援方法、認知症介護研究・研修仙台センター、2018。（一部改題）

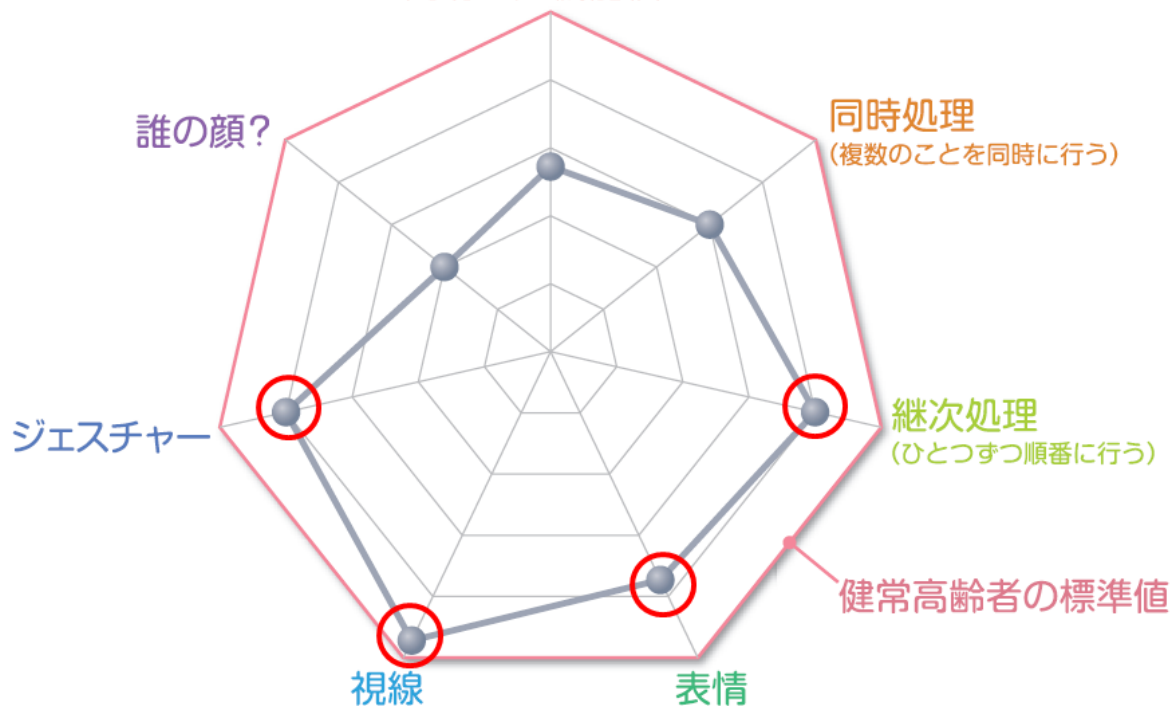
ヒトの認知機能の特徴



出所:笑顔で介護を!『にっこりハ』で心もにっこり パンフレット, 5, 認知症介護研究・研修大府センター, 2010.

認知症の人の認知【機能の特徴】

簡易認知機能検査



出所:笑顔で介護を!『にっこりハ』で心もにっこり パンフレット, 6, 認知症介護研究・研修大府センター, 2010.

サポートの考え方

1 | 驚かせないように

■周囲の状況理解と反応がうまくいかない

○周囲の状況を理解しにくい = 適応力(↓)

○自分の状態を把握しにくい = 自覚力(↓)

2 | 急がせないように

■あわてやすい、ついていけない

○心身の生理的機能の低下 = 反射力(↓)

3 | 自尊心を傷つけないように

■人としての尊厳は同じ

○自尊心は生理的に誰でもある(欲求階層説)

○その人の **今の** 性向・特性が強調される(↑)

28

認知症の“人”の基本サポート ①

1 | まずは見守る

①何ができないか、困っているか ➡見守る

②どうしたいのか ➡知る ➡危ないときは手助け

2 | 相手に目線を合わせて

①上から目線にならない ➡姿勢を合わせる

②コミュニケーションスキルの活用

➡簡単な言葉遣い + やさしい言い方 + 怖くない表情

3 | 自分が余裕をもって

①相手を急がせない

②自分が焦らない、イライラしない

29

認知症の“人”の基本サポート ②

4 | はっきりとした口調で

- ①わかりやすく、誤解を防ぐ
- ②感音性難聴への対処 → 高音は聴き取りにくい

5 | 後ろから声をかけない

- ①相手が予測できるように
- ②相手の視野に入ってから、直接かかわる

6 | 相手の言葉に耳を傾けて

- ①相手の思い・考えを、よく聴く
- ②相手の困りごと、わからないことを、一つずつひも解く
- ③相手の気持ちを、よく知って対応する

7 | 引っ張らない、下から支えるように誘導する

8 | 本人の「現存機能」を利用できるようにする



介護施設等における認知症ケアの新たな試み 寄り添いボランティア

詳しい障がい経過やバックグラウンドは知らされない

客観的立場から多様な視点で、関係できる

介護アシスタント

介護従事者を補助しつつ、自他の生活に寄与できる

【コミュニケーション】

介護等の専門職

継続的な関係により、同一化・詳細理解しやすい

思い込みをもつ・微細な変化に鈍感になりやすい

生活支援の質向上 → 利用者のQOL向上

地域支援としての認知症ケアの新たな試み

認知症サポーター養成講座

認知症サポーター・ステップアップ講座

寄り添いボランティア

介護アシスタント

○介護施設等でのサポート

認知症カフェ

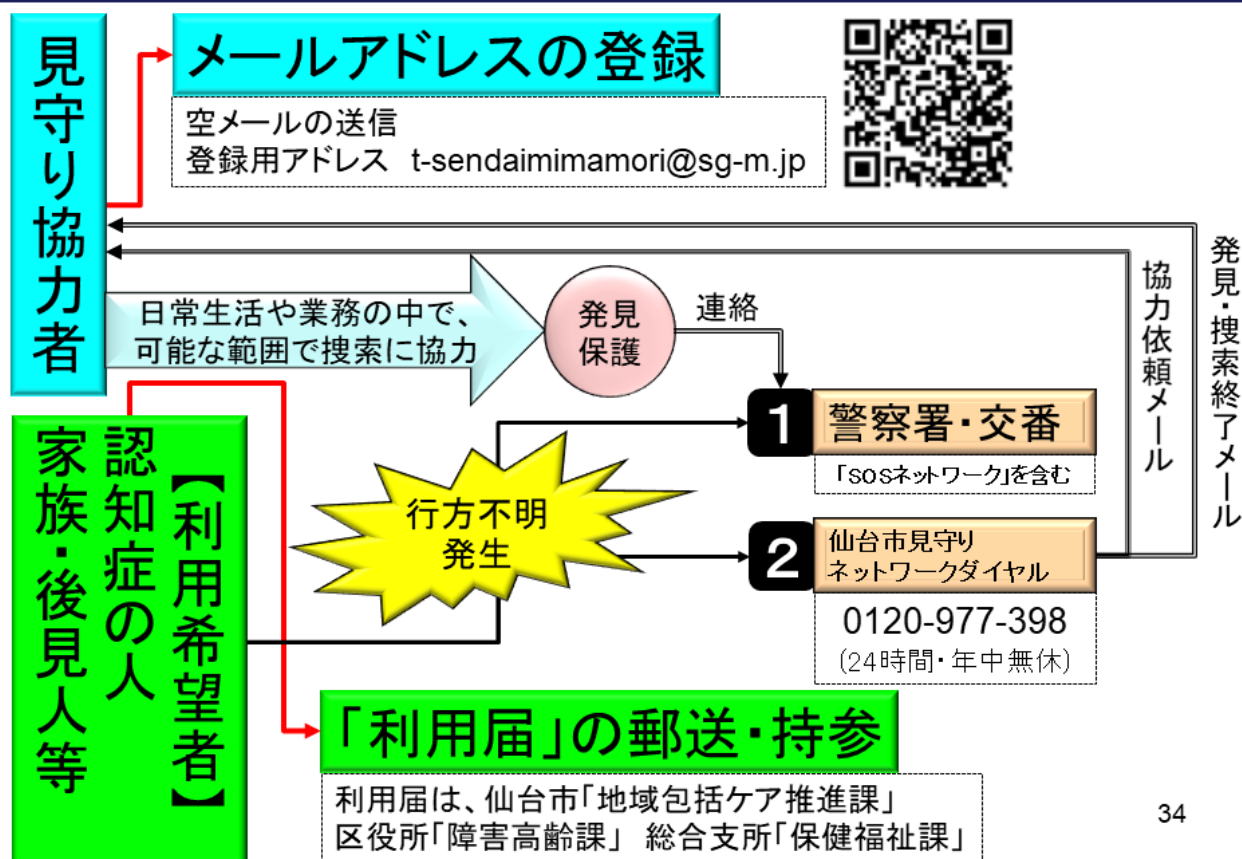
○カフェのサポート
○カフェのコアメンバー

サポーターズカフェ

○認知症サポーターの【活動】の紹介
○認知症サポーターの【交流】の機会

ご協力
いただ
きたい
こと

仙台市認知症の人の見守りネットワーク



34

ご清聴ありがとうございました。
皆さまのご健康とご活躍を
心からお祈りいたします。

●「オレンジリング」を見える
ように、してくださいね ●

認知症サポーター“ステップアップ”講座 & 寄り添いボランティアのすすめ



「3回シリーズ」講座の最終回です



吉永先生の「寄り添いボランティア」解説



認知症サポーター“ステップアップ”講座



吉永先生は精力的に質問に答えます



会場いっぱいに熱がこもります



岡本先生の実体験を基づく多様な視点のお話し



仙台市認知症の人見守りネットワークの「見守り協力者」登録のお願い

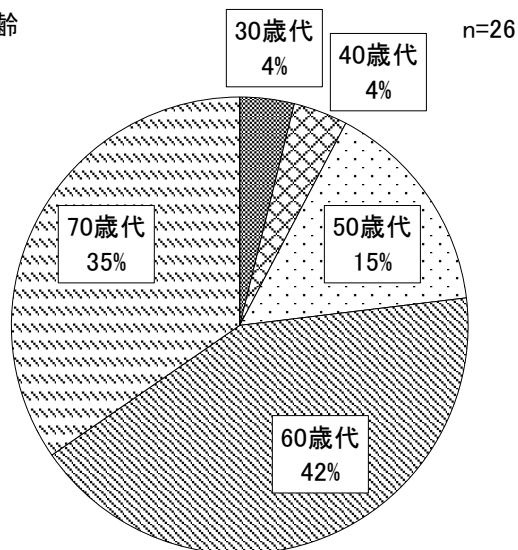


受講の様子

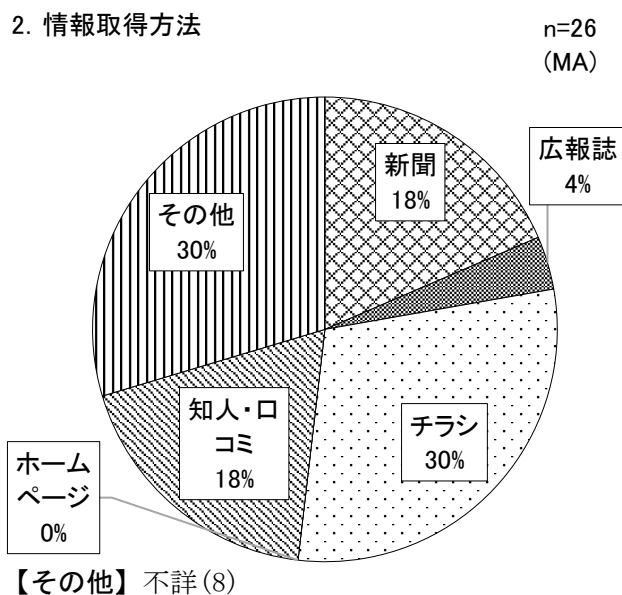
認知症サポーター“ステップアップ”講座 & 寄り添いボランティアのすすめ 【アンケート調査集計結果】

アンケート調査回収率（87%）／参加者（30名）

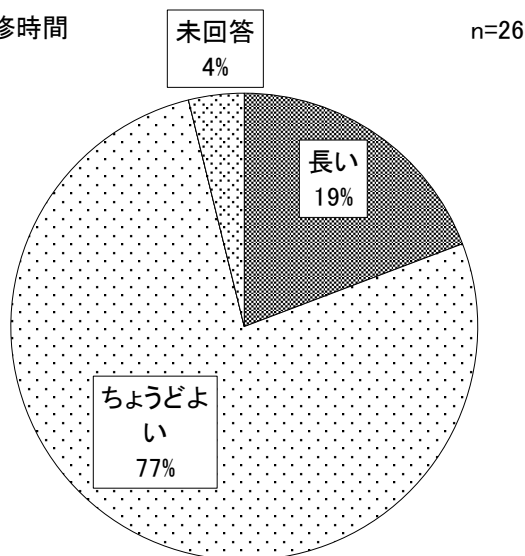
1. 年齢



2. 情報取得方法

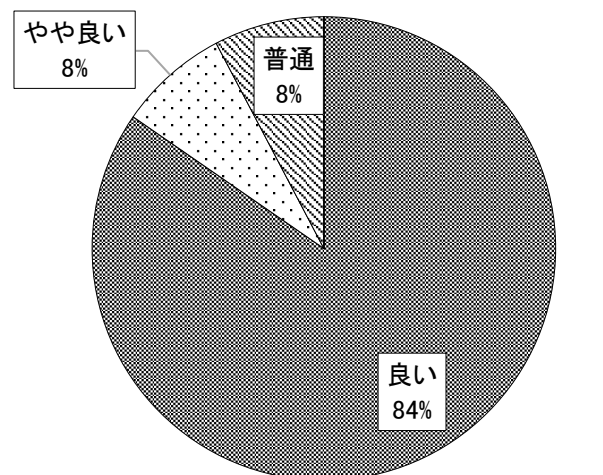


3. 研修時間



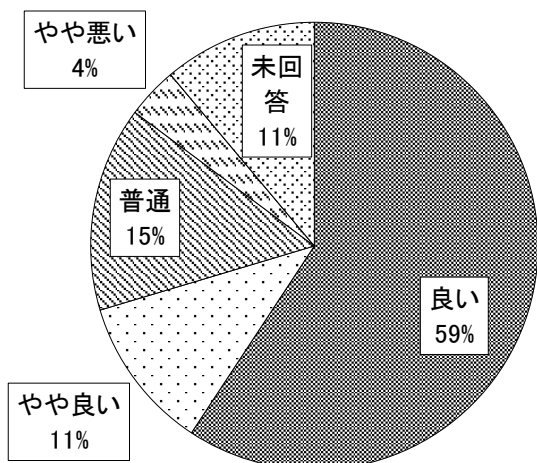
4-1. 研修内容

【認知症サポーター“ステップアップ”講座】

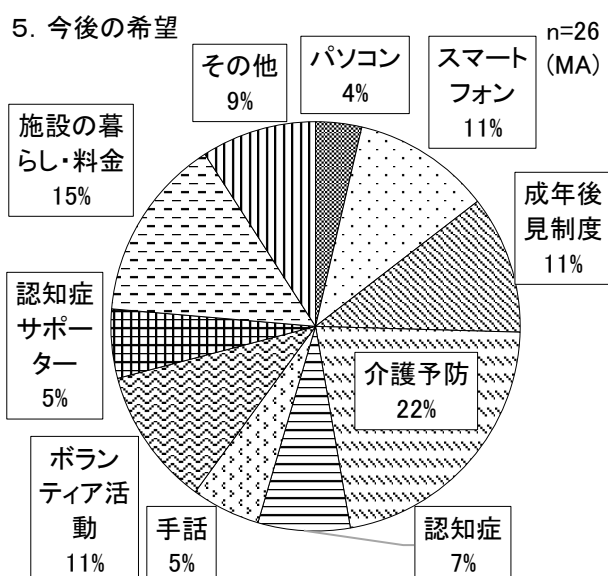


4-2. 研修内容

【寄り添いボランティアのすすめ】

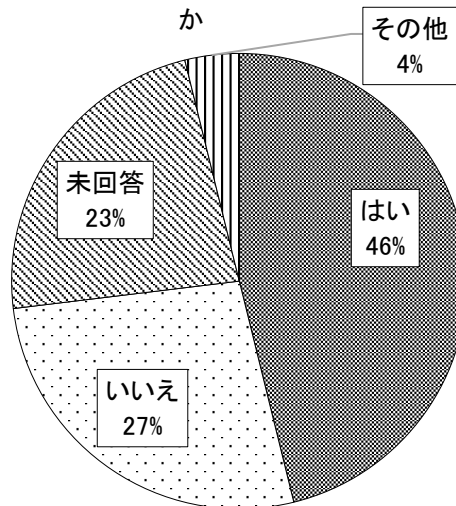


5. 今後の希望



【その他】教養(1) 地域生活の中の好事例・認知症家族の話・余暇(1) 地域包括ケア(1) ほか

6. ボランティア活動に関する連絡してもよい
か n=26



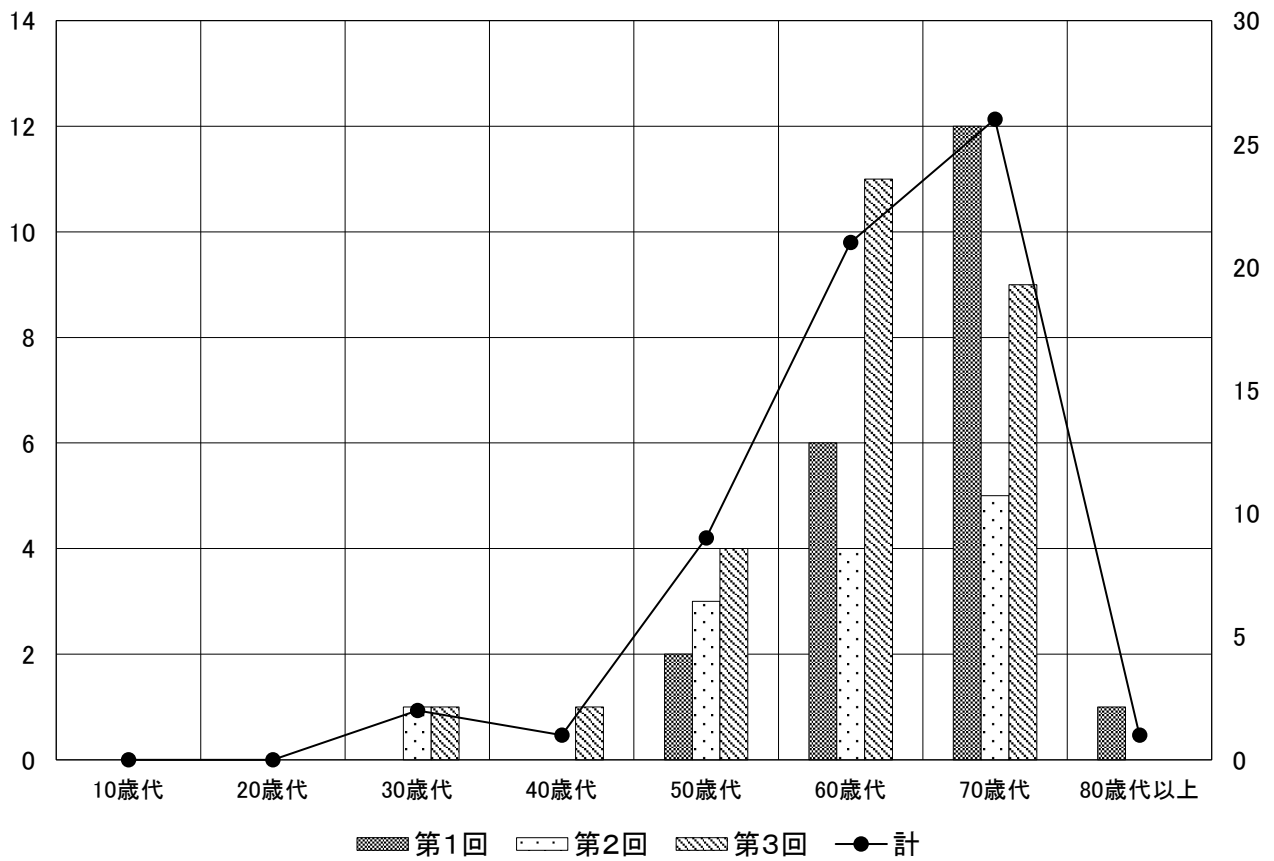
【その他】考え中(1)



【アンケート調査集計結果／3回シリーズ講座比較】

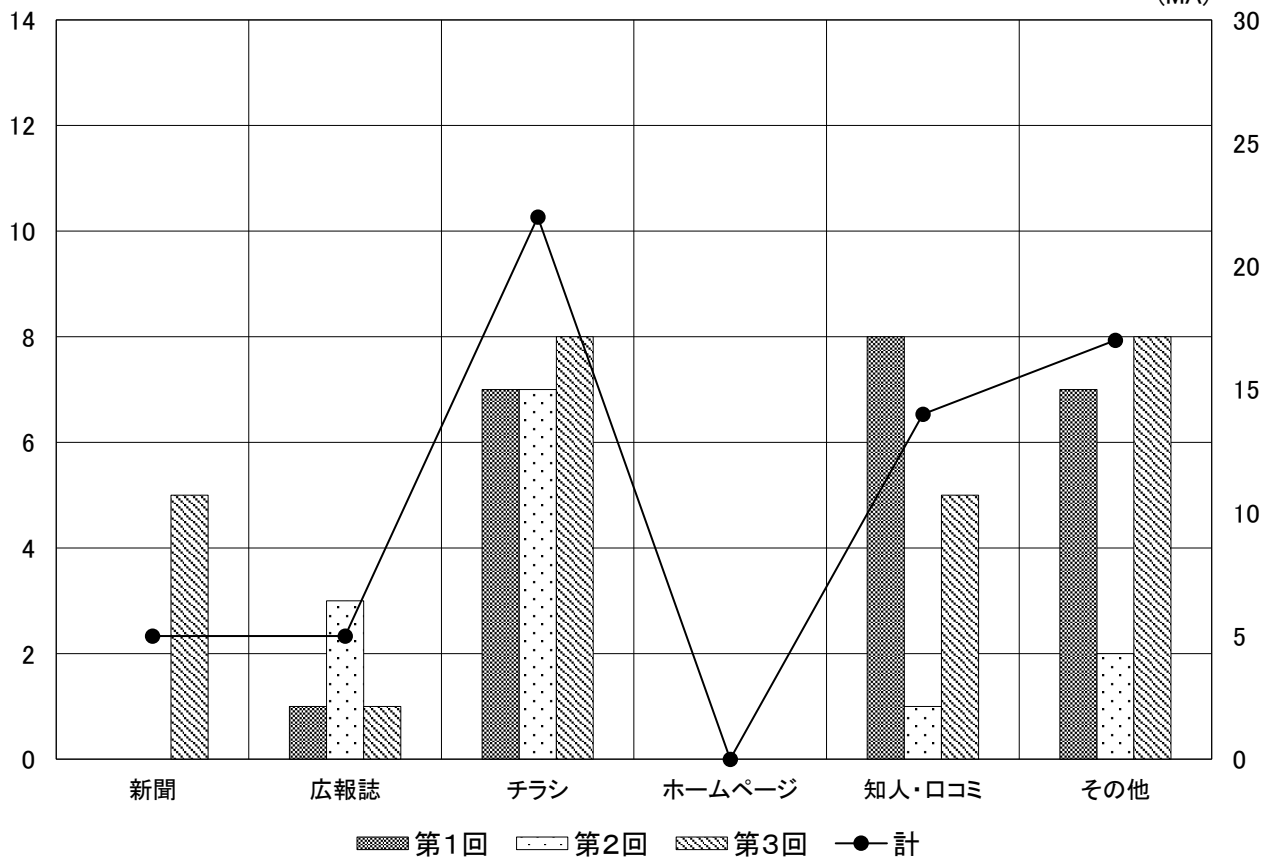
1. 年齢

単位(人)



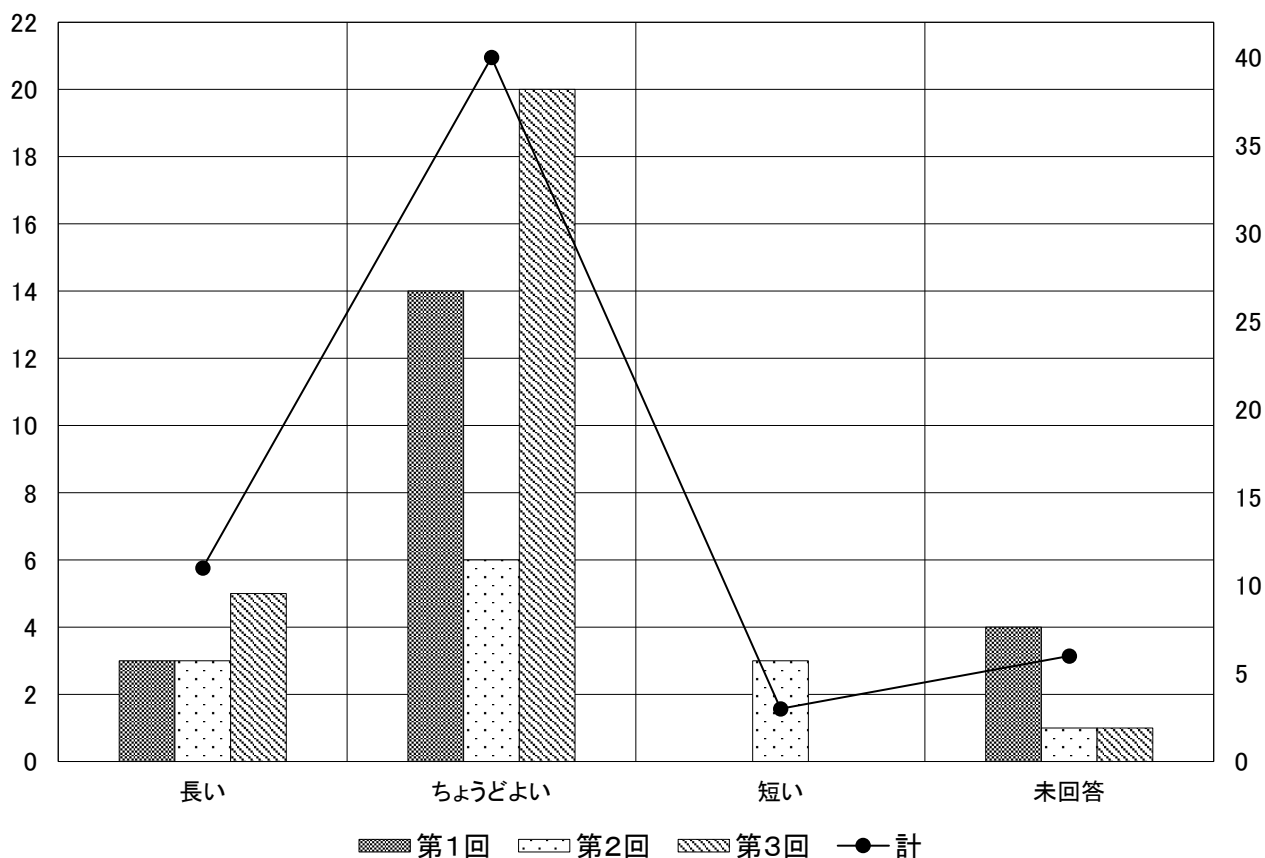
2. 情報取得方法

単位(人)
(MA)



3. 研修時間

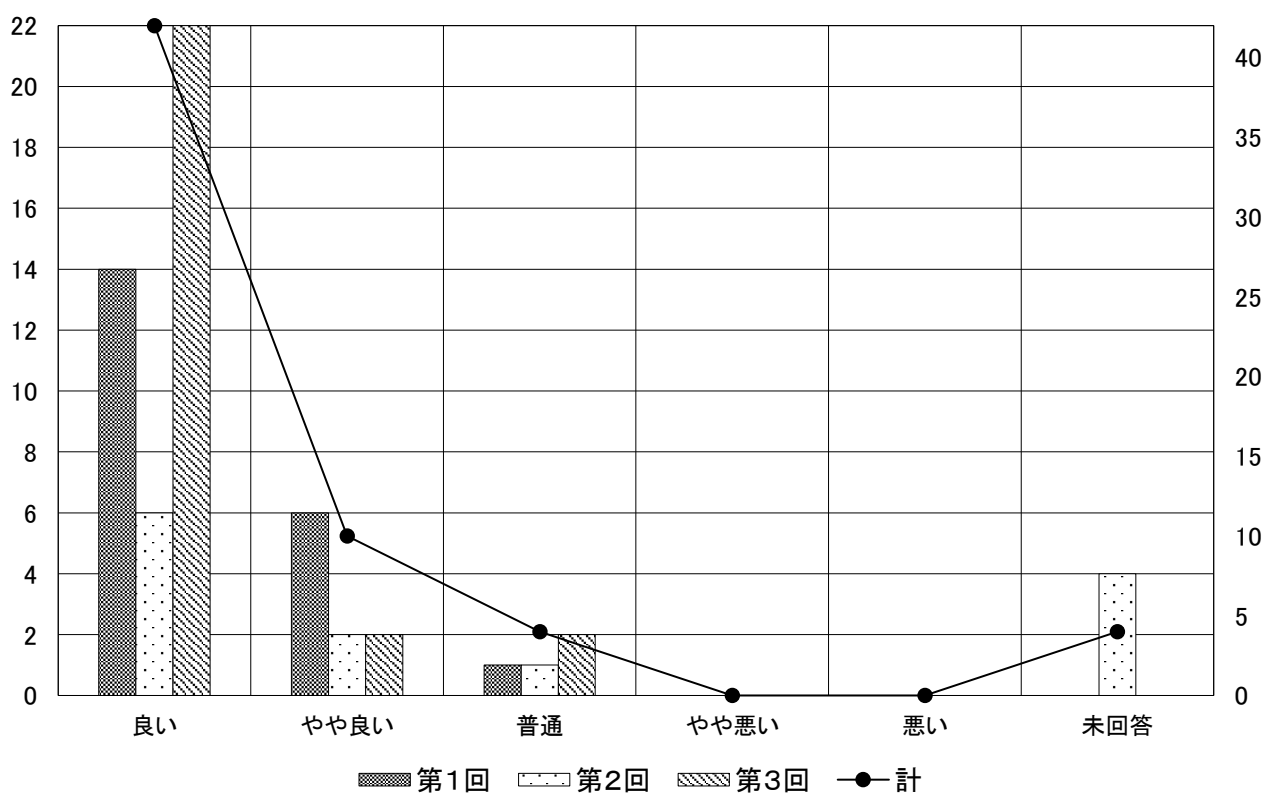
単位(人)



4-1. 研修内容

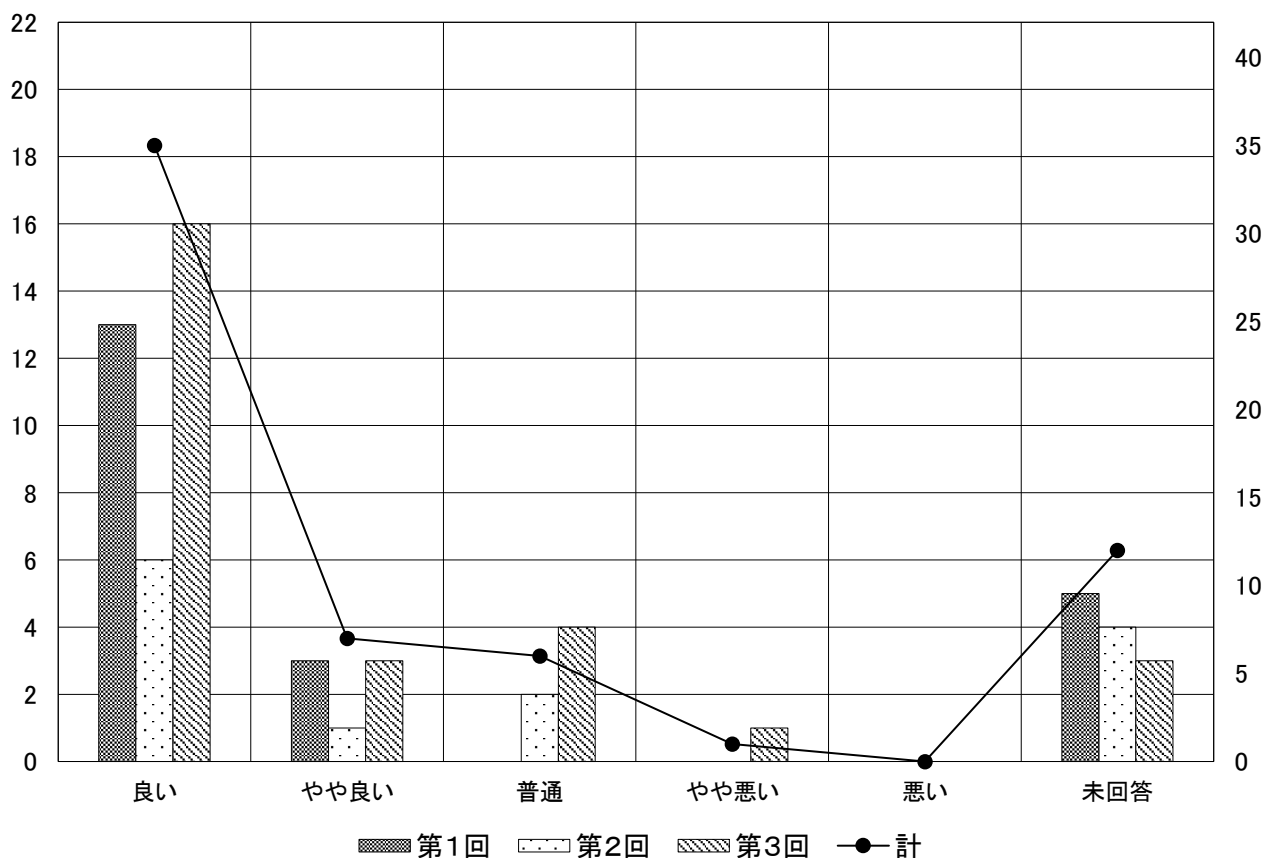
【①フレイル予防 ②簡単スマートフォン・アプリ操作講座 ③認知症サポーター”ステップアップ”講座】

単位(人)



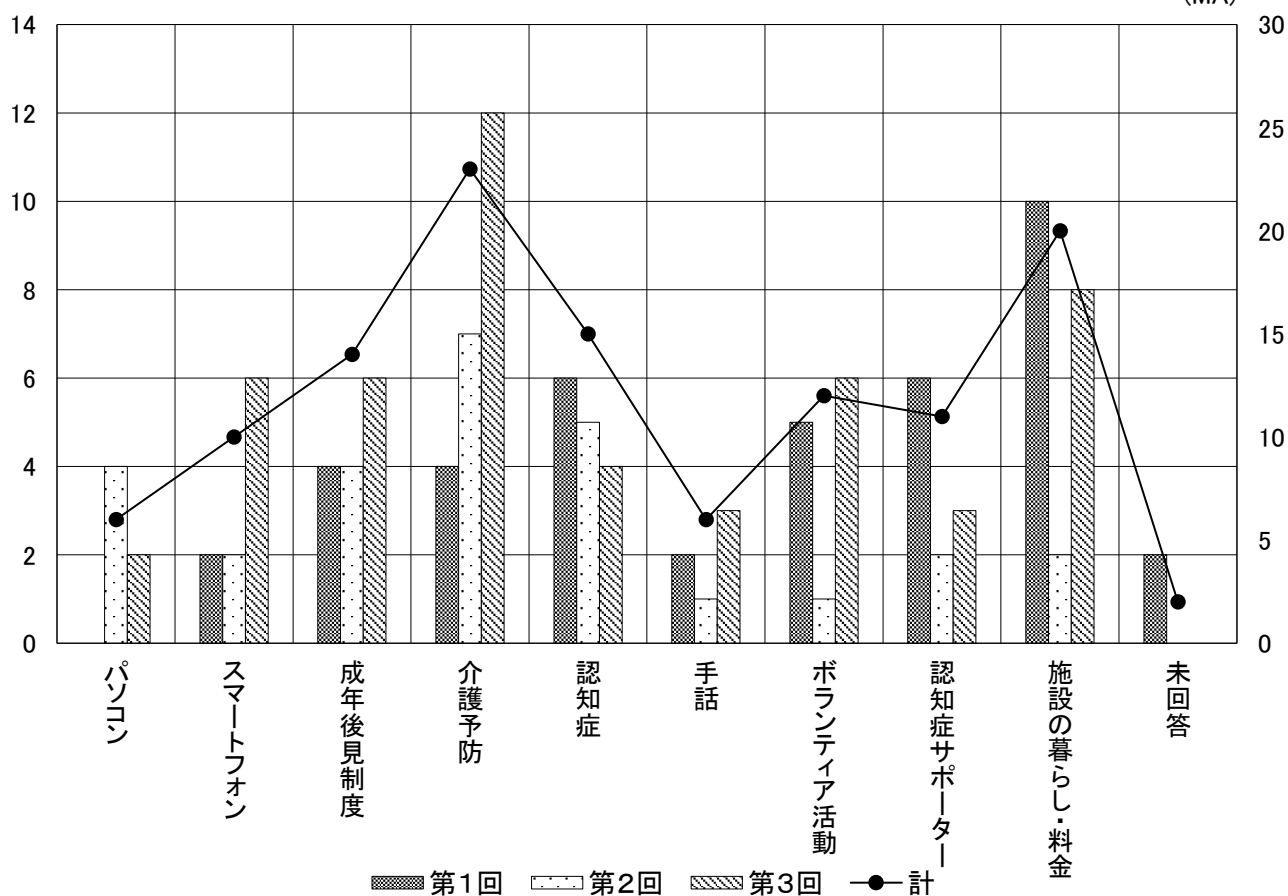
4-2. 研修内容 【寄り添いボランティアのすすめ】

単位(人)



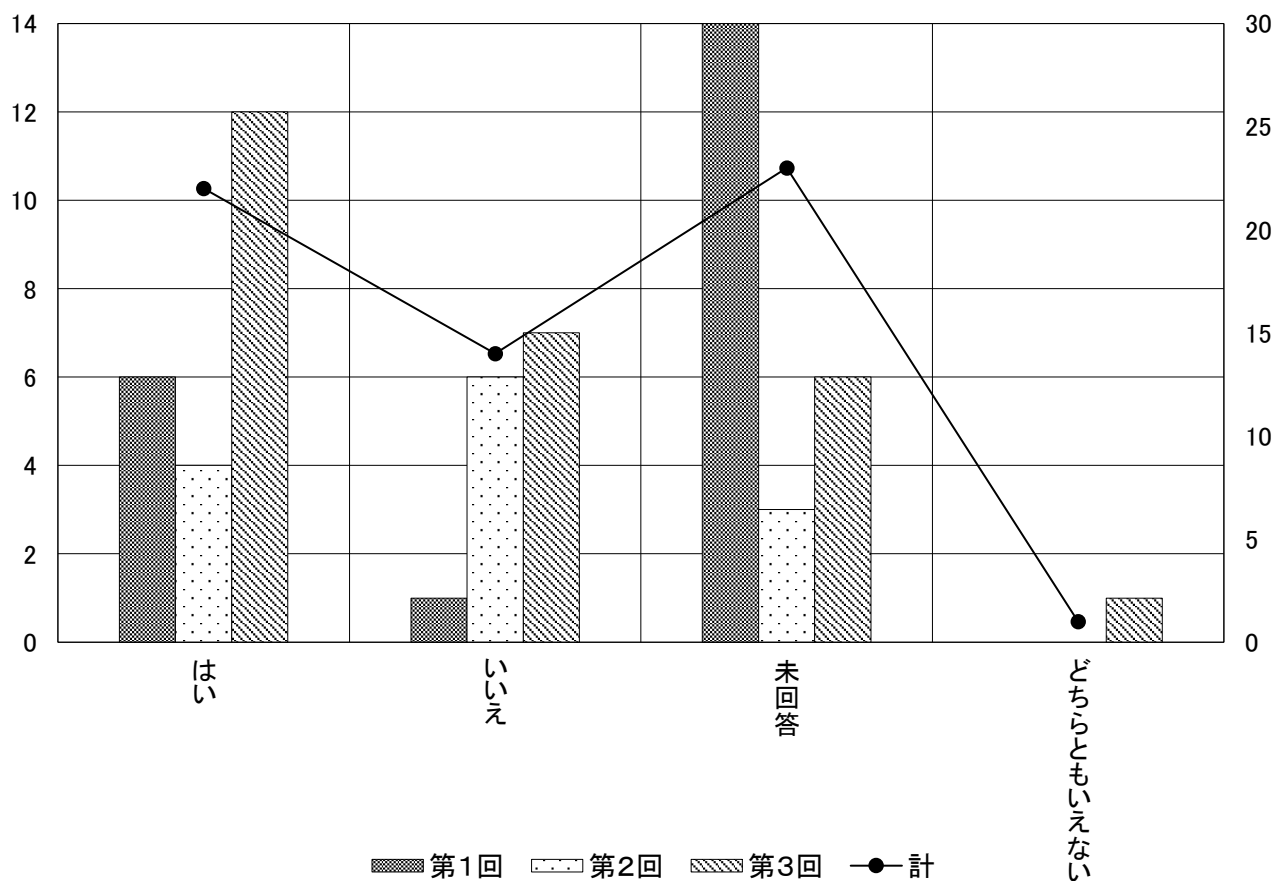
5. 今後の希望

単位(人)
(MA)



単位(人)

6. ボランティア活動に関する連絡をしてもよいか



2020年

2月6日(木)

13:30~16:00

(受付) 13時00分から

認知症サポーターズカフェ

= 認知症サポーター等が集い、交流し学び合うカフェ =

参加
対象

- ① 認知症サポーター養成講座を受講したことがある人
- ② 認知症サポーター養成講座の受講予定がある、または受けた人

(注) このカフェは認知症サポーター養成講座ではありません。

●定員：30人【当日受付あり】

●主な内容

カフェ形式で、気軽に知り合い楽しく学べる、認知症サポーター等がつながり合う場です。

【1】活動紹介

「認知症サポーター養成講座が役立ったこと・よかったこと」

- ① 志村 侑紀 さん (東北福祉大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年生)
- ② 佐々木美智子 さん (混声合唱団グラソ)
- ③ 阿部 武彦 さん ((公財)宮城厚生協会 坂総合病院・病院検査室長, (一社)宮城県臨床検査技師会・理事)

【2】(仮称)「せんだい認知症サポーター倶楽部」のご案内

- 認知症サポーター間の情報交換や交流、協働活動の実施などを目的とした(仮称)「せんだい認知症サポーター倶楽部」を設立する予定です。

●会場：仙台市福祉プラザ 11階 第1研修室

お申込み先

せんだんの里
地域連携推進グループ

「申込用紙」は裏面にあります

電子
メール

sato2019ev@gmail.com



お待ちしています

【地下鉄】

市営地下鉄南北線 (仙台駅から「富沢行き」に乗車 約1分)

➡「五橋駅」下車 南1番出口から徒歩3分

【バス】

市営バスまたは宮城交通バス

➡「五橋駅」下車 徒歩4分

➡「福祉プラザ前」下車 徒歩3分

参加費
無料

電話

022-303-7552

FAX

022-303-7572

主催

社会福祉法人 東北福祉会 <https://www.sendan.or.jp>



東北福祉会

検索

アイスブレイク ゲーム

30cmゲーム

誰が一番近いかな？

- テーブル内で競うゲームです
- 誰が紙テープを30cmの長さにできるかを競います



ルール説明

（制限時間 1分）



- 進行役の合図でスタート ※合図があるまでは紙に触らないでください
- 30cmだと思えるところをハサミで切る
- 切り終わったら、紙テープをテーブルに置く
- 30cmを超えてはいけません

※同じ長さになった場合はじゃんけんで勝敗を決める



制限時間じゃんけん



勝たなきゃダメよ

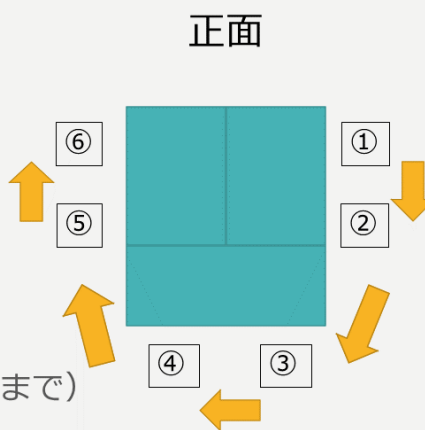
- チームに分かれて、じゃんけんをしていくゲームです。どのチームがより早く制限時間内に最後の人までお手玉を渡すことができるかを競います。
- 制限時間内にどのチームも最後の人までお手玉を渡せなかった場合は、より多く進んだチームの勝ちとなります。



ルール説明

(制限時間 2分)

- ①の方からスタート
- 左隣の人とじゃんけんをする
- お手玉を持った人が...
 - 勝つ⇒お手玉を渡す
 - 負け⇒じゃんけんを続ける (勝つまで)
- お手玉を渡した人は椅子に座る
- 終わったチームは手を挙げる



認知症サポーター養成講座の 受講、ボランティアを経験し て学んだこと

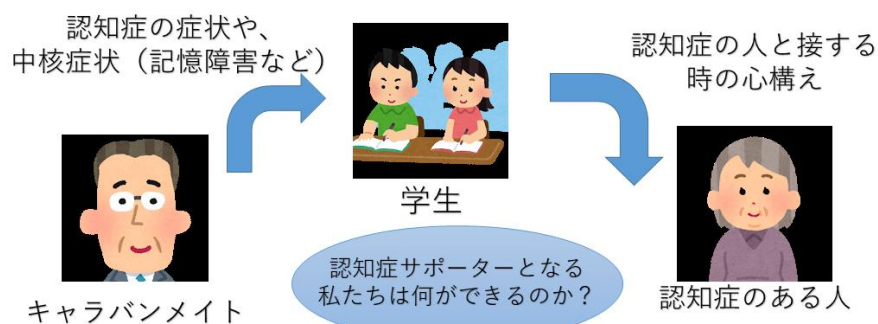
東北福祉大学総合福祉学部社会福祉学科
4 年 志村侑紀

構成

- ①認知症サポーター養成講座を受講しての変化
- ②デイサービスでの傾聴ボランティアを通しての気づき
- ③フィンランド海外研修を振り返って
- ④まとめ

①認知症サポーター養成講座を受講して の変化

大学1年生の頃に大学内で認知症サポーター養成講座を受講



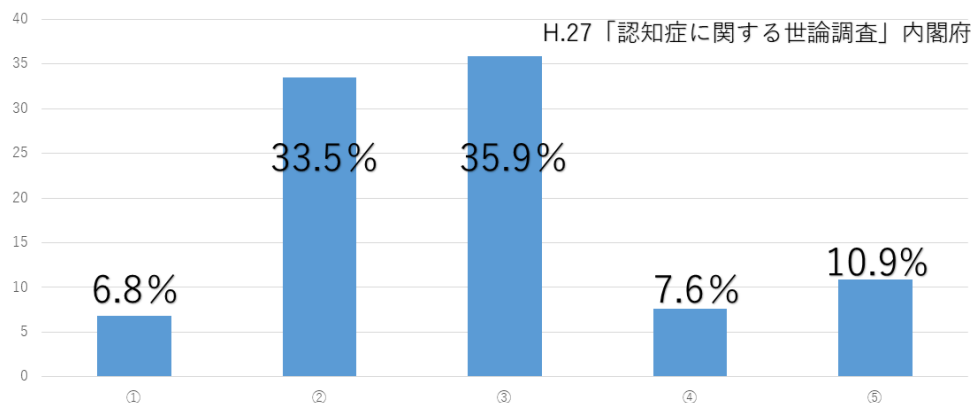


福祉の専門の大学でも
認知症に特化した講義を受講する
機会が少ない

認知症という言葉は知っていても、
どのようなものなのか、症状を知る機会がない

認知症サポーター養成講座を受講することで
認知症に対する関心が高まったり、もっと知りたい
と思えるきっかけにつながった！

認知症に対してもっているイメージ



- ①認知症になっても、できないことを自ら工夫して補いながら今まで暮らしてきた地域で今までどおりに自立的に生活できる
- ②認知症になっても医療・介護などのサポートを利用しながら今まで暮らしてきた地域で生活していける
- ③認知症になると身の回りのことができなくなり、介護施設に入ってサポートを利用することが必要になる
- ④認知症になると、暴言・暴力など周りの人に迷惑をかけてしまうので、今まで暮らしてきた地域で生活することが難しくなる
- ⑤認知症になると症状が悪化してゆき、何もできなくなってしまう

**内閣府の世論調査から「認知症の人と接したことのない人の方が
認知症に対して否定的な印象をもちやすい」ことが明らかになった**

認知症という言葉、認知症の症状がある人
への先入観や偏見がある
→今まで耳にしてきた情報や認知症について知る
機会がないことが要因の1つではないか？



90分という限られた時間の中でも
認知症について知り、考えるきっかけができれば
先入観や偏見をもつ人が少なくなる！

②デイサービスでの傾聴ボランティアを通しての気づき

大学2年生のころからせんだんの里
デイサービスで週に1度ボランティアを経験

内容→利用者の方とお話、レクリエーションの補助



利用者の方は日によって様々、ボランティアへ行くたびに**新鮮さ**を感じる→利用者の方と関わる中での発見につながったり、新しい利用者の方と話す楽しみにつながったりしていた

ボランティアを通して考えたこと

ボランティアへ行く日によくデイサービスに来られていた利用者のAさんとの関わり方について



Aさん、それはさっきも
言っていたよ



私はどうやって家まで帰れば
いいのかしら？



帰りは職員の方が
Aさんの家まで車で送りますよ

「Aさんが他の利用者の方と関わる事が
できるようにするにはどうすればいいのだろう…」

この場の雰囲気をもっとあたたかい
ものに変えるためには何ができるだろう…



→自分の中に利用者の方とのかかわり方、
利用者の方への考え方を見直す必要がある
のではないかという思いがでてきていた

実践したこと、そこでの気づき

まずはまわりの様子、特にデイサービス職員の方の動きに注目した（利用者の方との関わり方を見てみようという考え）

↓

職員の方が認知症の症状がある・ないにかかわらず、どの利用者の方に対しても同じように、自然に接していることに気づいた（その中で例えば視力の弱い方には音を使って場所の感覚をつかんでもらうなどの工夫をされていた）

↓

認知症の方に対する配慮の気持ちが何か認知症というものを「特別視」してしまっていたのではないかということに気づかされた

③フィンランド海外研修を振り返って



2019年4月7日～12日 フィンランドラウレア応用科学大学、ハメ応用科学大学との共同プロジェクトに参加

↓

フィンランドのHyvinkääにあるデイサービス施設「Onnensilta」で利用者の方へ日常生活、デイサービスの利用に関するインタビューを行ったり、実際に活動の様子を見学させてもらったりした



Onnensiltaでの活動の様子（歌の時間）



活動の様子をみて感じたこと

盲導犬を連れた利用者の方が一緒に参加していた

歌詞カードをうまく開けない人がいた際隣にいた利用者の方がめくってサポートをしていた

歌っている場所が分からなくならないよう、近くの人が他の利用者の方に歌詞カードを指さす様子がみられた

何かサポートを必要としている人がいたとしても周囲の人が少し手を差し伸べることで
その人にとって障がいとなっているものがなくなったり、小さくなったりするのではないかな？

まとめ

認知症の方との関わりにおいて、認知症のあるなしに関わらずどのような方も過ごしやすいと思えるような居場所作りをしていくことが必要（認知症の症状がある、障がいがあることを特別視しすぎない）
→目の前にいる方が誰かに助けを求める前に周りにいる人がサポートすることができれば、その人にとって障がいになっているものが小さくなるのではないかな

認知症について学ぶ場、当事者の方と関わる機会があれば、認知症の理解が進んでいくのではないかな。
→認知症サポーター養成講座や認知症カフェなどを地域で積極的に行い、1人でも多くの方に認知症を知る機会をもってもらうことが重要になる

【報告者】佐々木美智子 氏（混声合唱団グラン）



母が認知症になって 感じたこと、気付いたこと

混声合唱団 グラン
佐々木 美智子

【報告者】阿部武彦 氏
((公財)宮城厚生協会 坂総合病院・病院検査室長 (一社)宮城県臨床検査技師会・理事)

令和2年2月6日(木)
認知症サポーターズカフェ

認知症サポーター養成講座を受講して よかったこと・役立ったこと

公益財団法人 坂総合病院 検査室長
社団法人 宮城県臨床検査技師会 理事
臨床検査技師・認知症領域検査技師
阿部 武彦

本日の内容

- ① 当施設の紹介
- ② 臨床検査技師について
- ③ 宮城県臨床検査技師会における認知症の取り組み
- ④ 認知症サポーター養成講座を受講してよかったこと
- ⑤ // 役立ったこと
- ⑥ 宮城県臨床検査技師会としての今後の展望と活動

①当施設の紹介

公益財団法人 宮城厚生協会 坂総合病院

地域の一人ひとりに、平等で公平な医療を
いつでも、どこでも、だれもがより良い医療を受けられる社会へ



系列病院

長町病院

135床

宮城県仙台市青葉区長町2-20
TEL 022-746-5181
>>> 地下鉄長町駅より徒歩2分

泉病院

94床

宮城県仙台市青葉区中央1-1
TEL 022-578-5361
>>> 地下鉄いづみ駅より徒歩1分
東に1分、地下鉄青葉区役所駅より徒歩1分

古川民主病院

97床

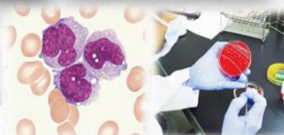
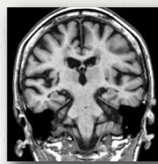
宮城県大崎市大船渡1-14
TEL 0229-23-5521
>>> JR大船渡駅より徒歩10分



塩釜市を中心とする二市三町（多賀城市、七ヶ浜、利府、松島）と仙台市東部地域を合わせて人口25万の地域を診療圏とする中核病院で、一日患者数は外来830人、入院330人、許可病床数は357病床、救急車搬入は年間約4,200件にのぼり、全県的役割を担っています。また、**認知症患者医療センターの指定病院**として医療活動を展開しています。

②臨床検査技師について

臨床検査技師の業務



医師の指示の下、病気の診断や治療等に関する様々な検査に携わっています

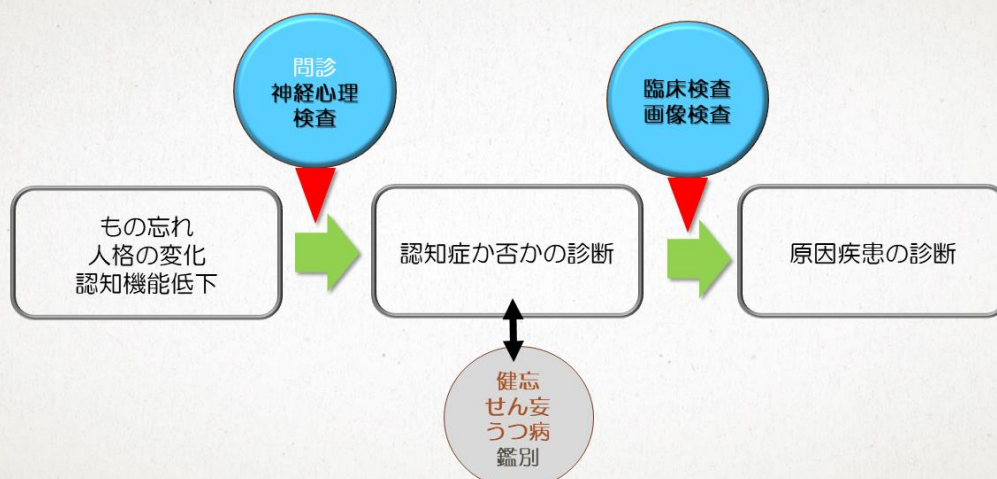
◆生理検査◆

超音波（エコー）・MRI・心電図・脳波・睡眠ポリグラフ・神経心理検査等

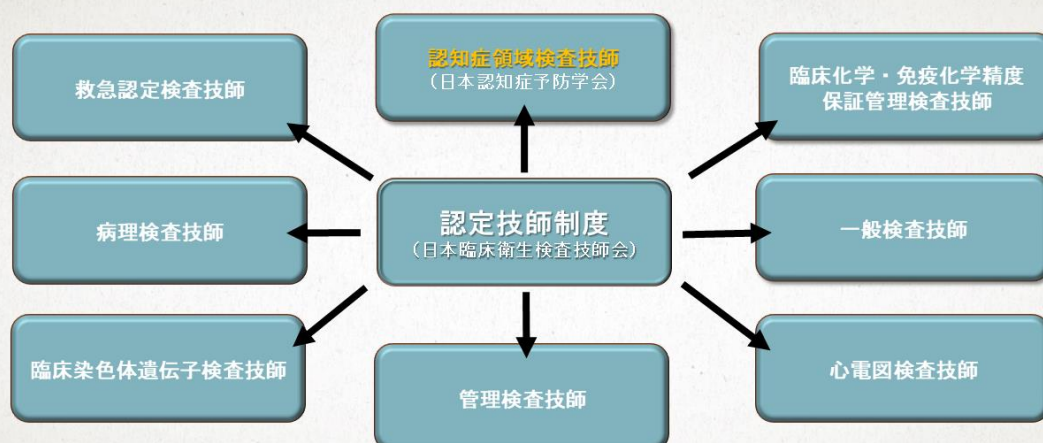
◆検体検査◆

採血・血液・尿・生化学・免疫・細菌・血液型・輸血・病理・遺伝子検査等

認知症診断における臨床検査技師の関わり



臨床検査技師のキャリアアップ



③宮城県臨床検査技師会における認知症の取り組み



-宮城県臨床検査技師会主催-

研修会名：認知症を知る～はじめの一步～

会 場：東北大学医学部臨床講義棟内 臨床中講堂

日 時：令和元年6月15日(土) 14:00～17:00

第1部 「認知症の当事者と家族の視点から医療従事者へのメッセージ」

～本人と家族の声から学ぶ～

講師：公益社団法人 認知症の人と家族の会 代表 若生 栄子先生

第2部 「認知症を学び よりよく対応するために」

～ 認知症サポーター養成講座 2019 ～ <職域講座>

講師：社会福祉法人東北福祉会 せんだんの里 総合施設長 舟越 正博先生

第3部 「認知症領域検査技師の取得に向けて」

～資格の概要と試験対策について～

講師：坂総合病院 検査室 阿部 武彦技師

研修会の参加者：47名（臨床検査技師）

他県からの参加者

岩手県：4名 福島県：3名 山形県：1名 茨城県：1名



-宮城県臨床検査技師会主催- 共催：日本臨床衛生検査技師会

研修会名：認知症対応力向上講習会

平成31年2月16日-17日 10:00～18:00

講師：社会福祉法人 三井記念病院 臨床検査部 松熊 美千代先生

株式会社LSIメディエンス 感染症検査部 渋谷 俊介先生

内容：神経心理検査の実技研修



-宮城県臨床検査技師会主催-

研修会名：第2回 認知症を知る～はじめの一步～

令和元年12月7日（土） 14:00～17:00

講師：坂総合病院 認知症看護認定看護師 阿部 育実先生

山形県立新庄病院 臨床検査主査 富樫 直美先生

坂総合病院 認知症領域検査技師 阿部 武彦技師

内容：必要な認知症ケアの知識・神経心理検査の取り組み・認定試験対策



④認知症サポーター養成講座を受講してよかったこと



私自身が認知症キャラバンメイトになって、認知症サポーター養成講座を開催し地域の人々にその知識を広められたこと



地域住民向けの認知症サポーター養成講座の様子



加齢によるもの忘れ



- ・体験した一部を忘れるが記憶の帯はつながる
- ・ヒントがあると思い出せる
- ・もの忘れを自覚している
- ・自分の今いる場所や時間が分かる

日常生活に大きな支障は出ない

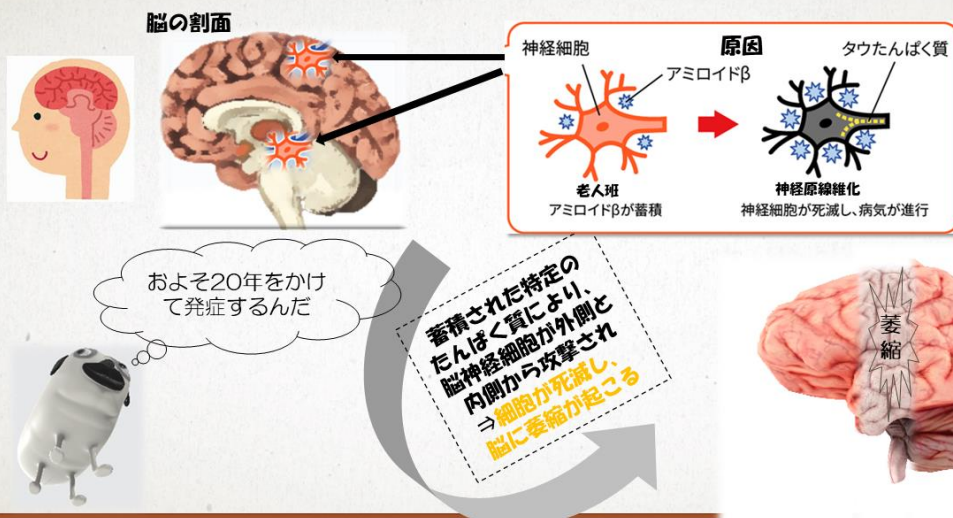
認知症によるもの忘れ



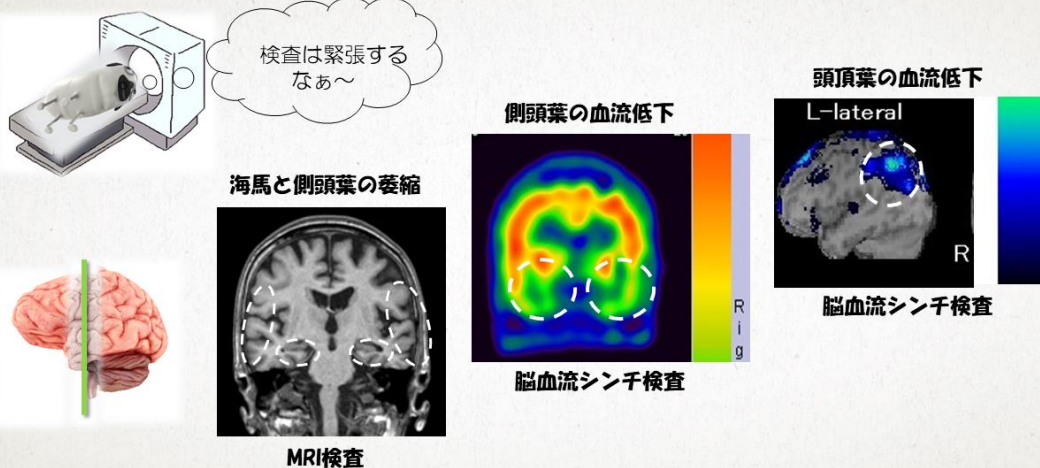
- ・体験の全体を忘れ記憶が抜け落ちる
- ・ヒントがあっても思い出せない
- ・もの忘れの自覚が乏しい
- ・自分の今いる場所や時間が分からない

日常生活に支障が出る

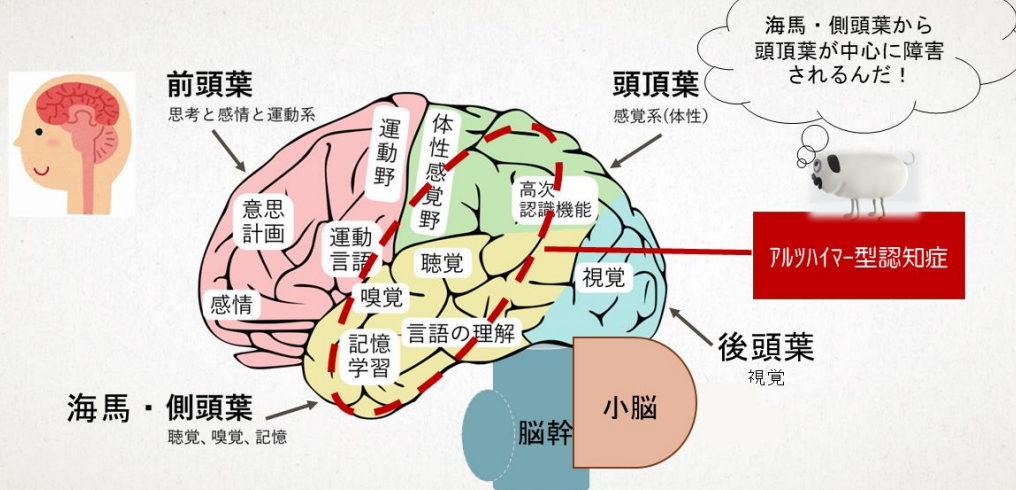
アルツハイマー型認知症の発症のメカニズム



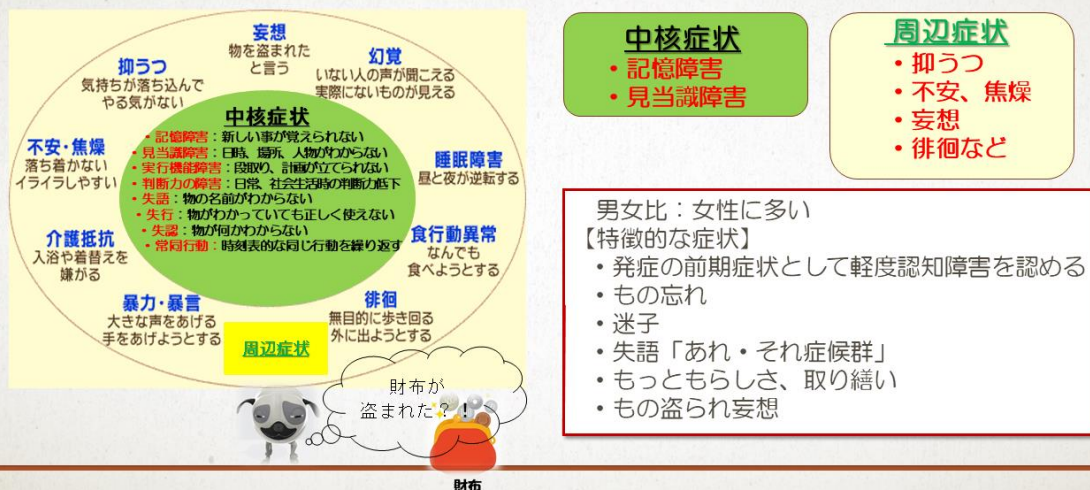
アルツハイマー型認知症の画像所見



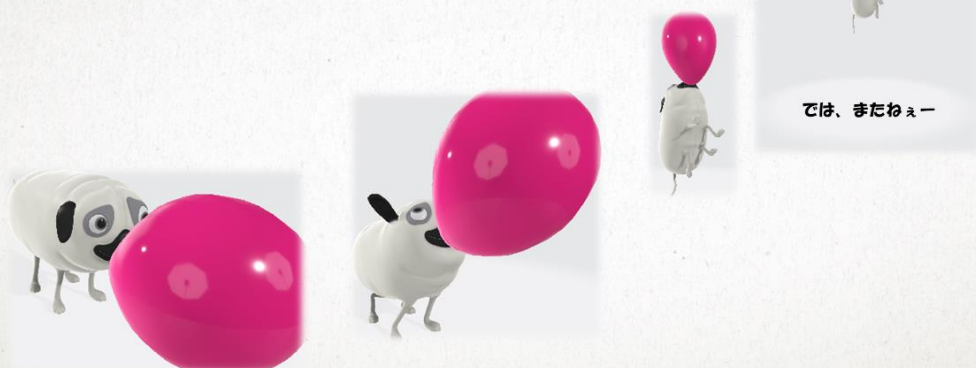
アルツハイマー型認知症の障害部位



アルツハイマー型認知症の主な症状



「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」
をみんなで目指しましょう！



⑤認知症サポーター養成講座を受講して役立ったこと



- ・組織の研修会の一環として開催し、会員自身の認知症への知識が深められたこと
- ・認知症の方への接し方を学び、検査業務での対応力が向上し、新たな目標を見つけられたこと

-宮城県臨床検査技師会主催-

研修会名：認知症を知る～はじめの一步～

会 場：東北大学医学部臨床講義棟内 臨床中講堂

日 時：令和元年6月15日（土）14：00～17：00

「認知症を学び よりよく対応するために」

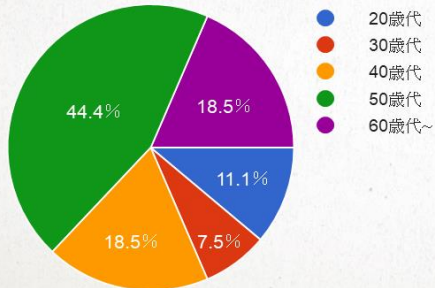
～ 認知症サポーター養成講座 2019 ～ 〈職域講座〉

講師：社会福祉法人東北福祉会 せんだんの里 総合施設長 舟越 正博先生

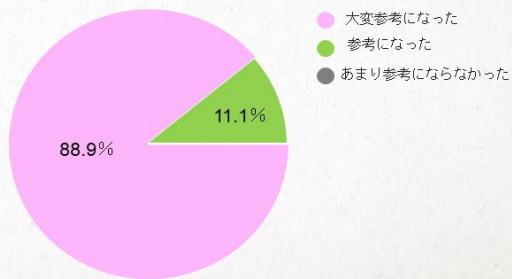


研修会参加者のアンケート結果 47名（臨床検査技師）

参加者の年齢構成



講座内容の評価（回答27名）



参加者からの感想（アンケートの抜粋）

大変素晴らしい内容でした。サポーター養成講座の先生より、認知症に方々はもとより人として他人に対しての思いやりやスタンスのとり方を認識させて頂いて、これからの他人との接しかたに活かしていきたいと思います。

母が認知症です。また、生理検査室勤務なので、認知症の患者さんにも関わります。今回の講演は家族としても、仕事上の関わり方にも大変参考になりました。

今後、認知症患者が増える中で認知症について、知らなかった事が多い事を実感しました。

今回の研修会に参加したことで、他職種との連携がさらに強化されると良いと思いました。他職種団体へも臨床検査技師をもっとアピールできると思う。まずは、関連他団体の開催情報をなども簡単に得られるような方法(グループメール作成など)を提案するのはどうでしょうか？

認知症の方への接し方（3つの「ない」）

検査時に

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

を実践

さりげなく様子を見守る	自然な笑顔で、余裕を持って
声をかけるときは一人で	後ろから声をかけない、相手の視野に入ってから
相手に目線を合わせて優しい口調で	
おだやかにゆっくり、はっきりした話し方で	
せかさず、相手の言葉に耳を傾けて	

検査時の一事例

入院中の認知症患者の方に対して心不全を評価する目的で、心エコー検査をすることになった・・・

心エコー室に担当看護師と車椅子で到着、私の自己紹介と検査内容を簡潔に説明をして検査開始
(部屋は暗室・検査時間約30分)

言動を否定しない

一旦時間をおいて仕切り直し

労いの言葉

安心できる環境

検査後、労いの言葉を伝えたと検査室を出る時に笑顔で「ありがとう」の言葉が返ってきた

検査室の照明を入れ看護師に声がけをお願い、再度検査を進め無事終了

担当看護師に協力を依頼、心エコー検査の必要性について説明を受けると落ち着きを取り戻しはじめた

検査直後から少しずつ手の動きが激しくなってきたが、何とか検査は半分まで進んだ
(大丈夫と声がけをしながら)

検査から15分後には電極を剥がし、起き上がり家に帰ると言いたして何も聞き入れてくれなくなった

本来ならここで検査終了ですが・・・

環境の変化により、混乱して不安や興奮などの行動・心理症状(BPSD)が出現

対応力の向上と今後の目標

- 患者の認知機能の低下に合わせ、余裕を持って検査に臨めるようになった
- 検査結果の精度が保たれ、信頼性のあるデータが出せるようになった
- 認知症の早期発見と予防に関する研究と啓蒙活動が重要だと実感した
- 病院職員として、人材育成と認知症の当事者に優しい施設環境の整備を進めたい
- 活動のフィールドを地域へ広げ、地域住民・企業・認知症の当事者と共に助け合う社会の実現に向けた連携の輪を繋ぐ一員になりたい

⑥宮城県臨床検査技師会としての今後の展望と活動

臨床検査技師会として：今後の展望と活動

【展望】

- ・ 認知症の当事者とその家族の思いに寄り添う
- ・ 当事者のパートナーやサポーターとしての活動を広げる
- ・ 認知症の病態を理解した臨床検査技師として、チーム医療に取り組む
- ・ 検査室を飛び出し、地域貢献できる医療人を目指す

【活動】

- ・ 認知症の当事者・その家族との話し合う機会を設ける
- ・ 認知症の施策に関する支援や啓蒙活動に参加する
- ・ 他県の技師会と協力し、研修会の開催の場を増やす
- ・ 認知症検査のジェネラリストの育成を進める

ご清聴ありがとうございました





『せんだい認知症サポーター倶楽部』のお誘い

社会福祉法人東北福祉会 せんだんの里
総合施設長 舟越 正博
(介護福祉士・社会福祉士・介護支援専門員・認知症介護指導者)

『せんだい認知症サポーター倶楽部』

目的

認知症サポーターと認知症の当事者等とのダブルリンク

1 サポーター同士が、“ゆるやかに” つながるために

- 1) 情報交換や交流を通じて、お互いを知り合いましょう。
 - 2) 仲間をつくって、楽しめる活動をしてみましょう。
 - 3) 自分自身の人生の“糧”をつくりましょう。
- ※ きっと、自分、家族、周囲の人に役立つことでしょう。

2 認知症の当事者らとサポーターが、関係するために

- 1) 認知症を知り、自分と他の人の役立ててみましょう。
- 2) 自分や他の人のハンディキャップを減らして、ダイバーシティ(多様性のある街)とソーシャル・インクルージョン(社会的包摂)を推進しましょう。

『せんだい認知症サポーター倶楽部』

特典

- 1 認知症に関する「情報」の無料提供
- 2 認知症サポーター「ステップアップ講座」無料受講
- 3 福祉・介護に関する無料「学習」支援
- 4 倶楽部活動の「協働」「支援」

今年の予定

- 1 「情報交換・交流会」=認知症サポーターズカフェ
- 2 「認知症カフェ」体験参加
- 3 「介護施設・サービス」見学・体験 ほか企画中

これからも、一緒に考えたり、活動したりしてみませんか？

ぜひ「アンケート」用紙に、連絡先などをご記載ください。

「認知症サポーターズカフェ」と「せんだい認知症サポーター倶楽部」設立について



認知症サポーターズカフェのはじまり



志村侑紀氏からの報告



みんなで仲良くなりましょう、交流ゲーム



佐々木美智子氏から報告



「30cm ゲーム」は個人対抗ゲームです



阿部武彦氏からの報告



「制限時間じゃんけん」はグループ対抗戦です

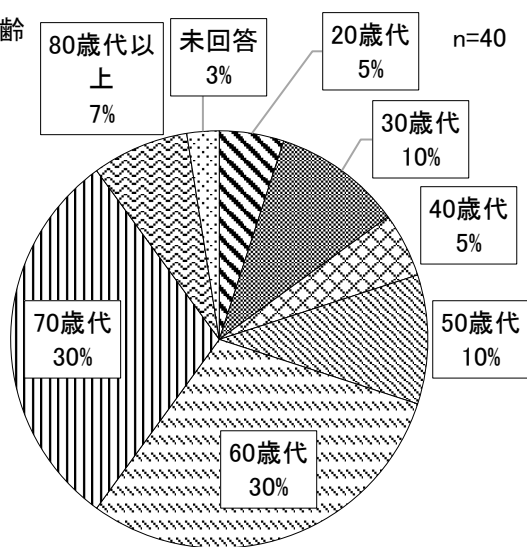


せんだい認知症サポーター倶楽部のお誘い

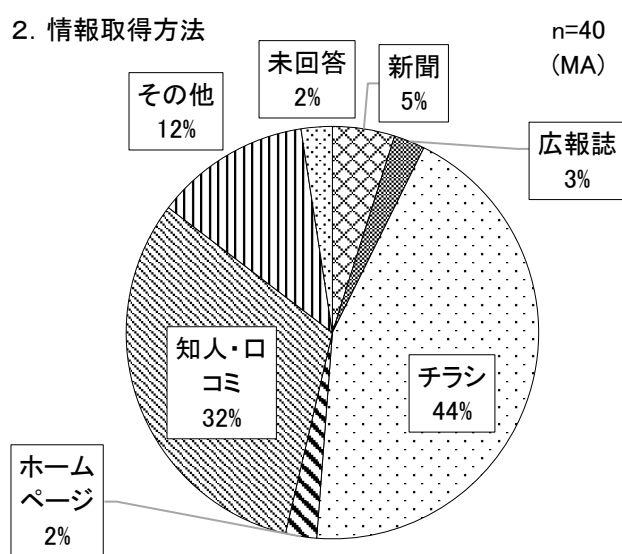
「認知症サポーターズカフェ」と「せんだい認知症サポーター倶楽部」設立について 【アンケート調査集計結果】

アンケート調査回収率（98%）／参加者（41名）

1. 年齢

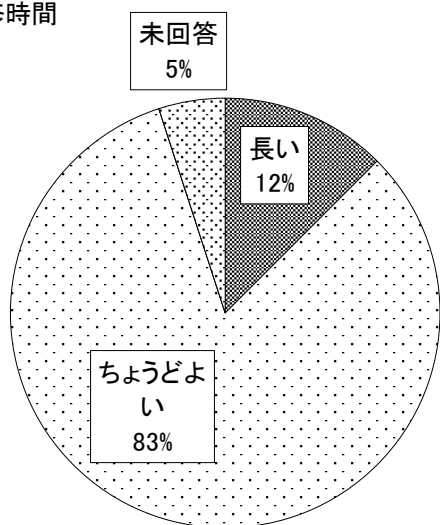


2. 情報取得方法

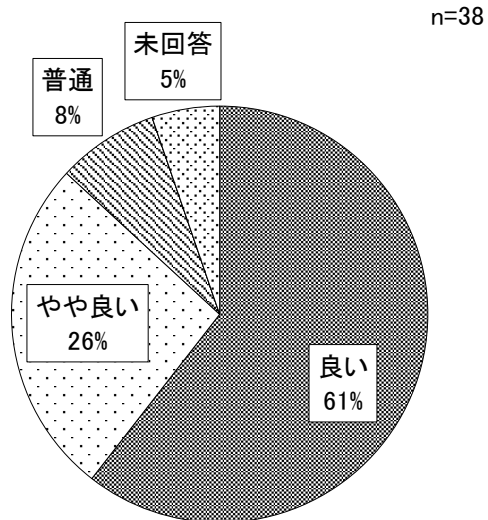


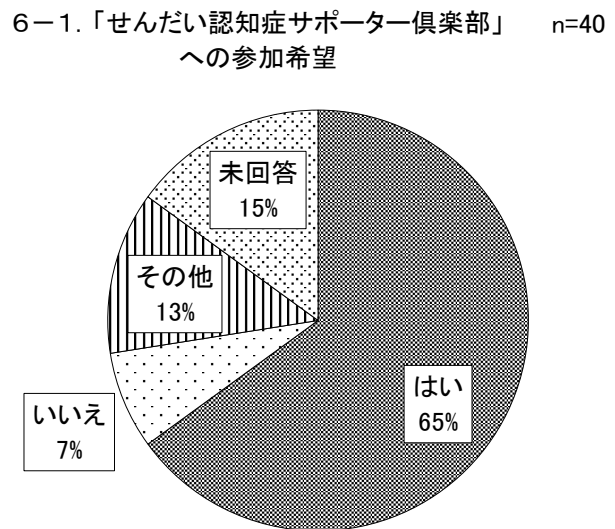
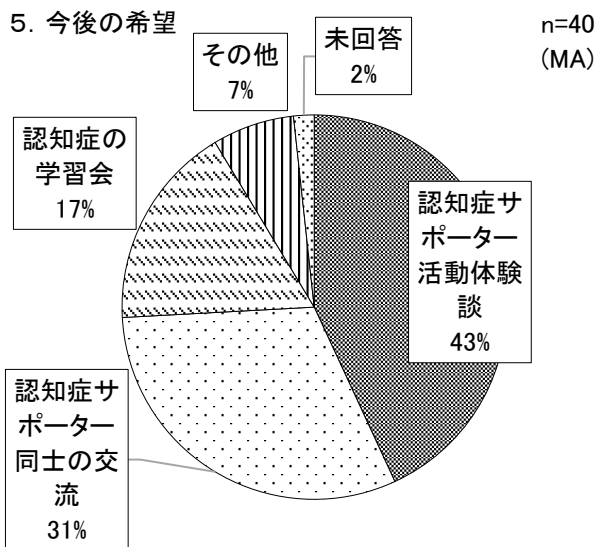
【その他】 地域包括支援センターからの紹介(2)
報告者からの紹介(2) 未記入(1)

3. 研修時間



4. 内容





5. 今後の希望

【その他】

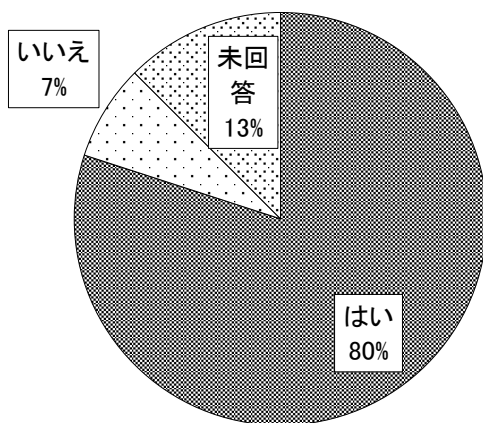
- ・具体的にどうやって認知症の方と関わればいいのか、事例検討や関わり例の紹介。
- ・お互いに何かできそうかなというところは、少しずつ聞いてみたいと思いました。
- ・当事者とサポーターとの交流。
- ・サポーターの活動で困っていることや、悩んだことなどあれば聞いてみたい。

6-1. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」への参加希望

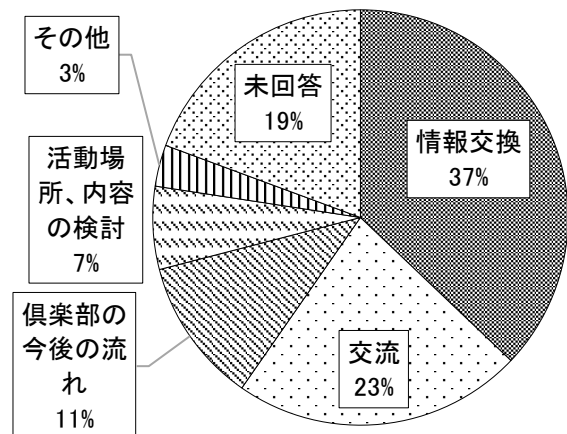
【その他】

- ・検討したい。(2)
- ・仕事があるため参加できる機会が少ないと思うが可能であれば登録したい。
- ・未記入(2)

6-2. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」に関する情報提供の希望 n=40



6-3. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」で活動してみたいこと n=40 (MA)



6-3. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」で活動してみたいこと

【その他】

- ・認知症の人と家族の会に所属して世話人となり6年目です。いろいろ活動していますので、皆様の参考になればと思っています。
- ・認知症の人と家族の会・会報「ぽ～れば～れ」の編集長です。
- ・ぱっと思い浮かばない、思い立った時に意見を表明できる窓口があるといいかもしれない。

【自由記述】 （順不同）

1. 本日はありがとうございました。
2. 認知症に関わりのある方の体験、取組みが非常にためになりました。知識が深められた。
3. スタッフの皆さんが一生懸命おもてなし、気遣いをやられてありがとうございました。
4. サポーターズカフェのなかでサポーターの意見発表の時間があるといいと思いました。
5. 新しい地域活動のあり方が見えてくればいいなと思っています。自分たちでもできることを行動に移していきたいです。こういう会を待っていました。
6. 備えを勉強しておきたい。仲間づくり。
7. 認知症、施設に入居している方々に対してのかかわり方について学びたいと思います。教科的なことでなく、具体例から最もよいかかわりができるためのものです。
8. サポーター倶楽部の活動に協力したいと考えています。〈名称〉サポーター倶楽部～ゆるやかな環境～。
9. 本日は大変勉強になり、ありがとうございました。初めて認知症に関するセミナーに参加しました。またよろしくお願いします。
10. 本日初めて参加させていただきました。
11. とても良いお話しで役に立ちました。
12. 資料の綴じは左上1か所が確認しやすいと思います（個人的に）。アンケートと連絡先を1枚の紙にするとした事、感じた事を自由に書きづらい方もいるのではないだろうか？と思います。サポーター倶楽部の情報発信の場を整備していただけるとウェブ媒体などで情報を得られるので良いと思う。
13. 認知症について、まだまだ分からないことがあります。学びたいと思っています。
14. 設問3、全体はこれで良いと思いますが、活動紹介①は動画を使って欲しかった。
15. 演者の方々のお話を聞いて、様々な取り組みを知ることができました。ありがとうございました。
16. 将来楽しみです。
17. 現在は助成事業とのことですが、今後どんな団体を目指していくのか楽しみです。特典がすべて「無料で～できます」だと、どうかな～と思いました。ある程度、必要な分はあらかじめ、もらっていくとよいかなと思います。
18. 交流の場として「支援」「協働」の理念を体験された仲間の声を聞けたことに感謝を申し上げます。
19. せんだい豊齢学園では、学園生（シニア）が認知症サポーター養成講座をカリキュラムとして受講しています。学園生もこのサポーター倶楽部に入会できるのか等、連携の可能性を探って参りたいと思いますので、今後ともよろしくお願いいたします。

Ⅱ 考 察

考 察

I 認知症サポーター同士のリンクの試み

1. 「3回シリーズ」講座の意図と効果

この研究事業において当初設定した目標の一つ目は、「認知症サポーターズカフェ」の開催と「せんだい認知症サポーター倶楽部」の設立による認知症サポーター同士のリンクです。

目標を到達するためには、この試みを多くの認知症サポーターが「知る」「関心をもつ」「参加する」が必要です。そのため、「認知症サポーターズカフェ」を行う前に、この試みを知る機会を広く、繰返しもつことを目的として目標前段階である「3回シリーズ講座」を行いました。

また、当初は限定したエリア（地域）をターゲットとした活動を想定しましたが、ボランティア（自発的）な活動を行っている人々の間では、“認知症”“認知症サポーター”に関する何らかの知識をもっており、認知症サポーター養成講座を複数回受講している人も比較的多く認められたことから、単に認知症サポーター同士の交流等と呼び掛けても興味をもちにくいことがわかりました。そのため、今回は「仙台市」全域を対象に活動し、その後に地域活動を指向しようと考えました。

1) 3回シリーズの第1回「フレイル予防は、お口から & 寄り添いボランティアのすすめ」

- ① 想定以上に50歳代、60歳代の参加者が多い。
- ② 今後希望する講座テーマとして「認知症」や「認知症サポーター養成講座」のほか、「ボランティア活動」や「施設の暮らし等」が多いことは、これからの活動のヒントにもなる。

2) 第2回「簡単スマートフォン・アプリ操作講座 & 寄り添いボランティアのすすめ」

- ① 受講定員20名は、用意できるスマートフォンの台数に限りがあるため。
- ② 簡単スマートフォン・アプリ操作講座は、スマートフォン・アドバイザーが行う既定のプログラムによる時間数で、ちょうど良いと回答した方は多数であるが、物足りない方と長いと感じた方に評価が一部分かれた。
- ③ 今後希望する講座テーマとして、「介護予防」や「成年後見制度」が多いことは、これからの活動のヒントにもなる。なお、「認知症」「認知症サポーター養成講座」や「ボランティア活動」の希望が第1回よりも少ないことは、第2回講座の前半テーマの影響とも考えられる。

3) 第3回「認知症サポーター“ステップアップ”講座 & 寄り添いボランティアのすすめ」

- ① 3回シリーズ講座の中では参加者が最も多く、定員30名に達した。
- ② 参加者の年齢層は幅広い。
- ③ 今後希望する講座テーマとして、「認知症」「認知症サポーター養成講座」よりも、「ボランティア活動」や「成年後見制度」「施設の暮らし・料金」が多いのは、すでに認知症サポーター養成講座を受講していることの影響とも考えられる。

4) 3回シリーズ全体を通して

この試みを広く告知したことにより、3回とも盛会に行うことができました。

また、複数回参加した方、氏名や連絡先を提供した方も多く、その後に行った「認知症サポーターズカフェ」の参加者募集に活用することができました。

- ① 年齢層 「70歳代」が最も多く、次いで「60歳代」「50歳代」の順。
- ② 情報取得方法 「チラシ」が最も多く、次いで「知人・口コミ」「広報誌による告知」の順。
- ③ 研修時間 各回で時間数は異なるが、「ちょうどよい」が最も多く、次いで「長い」の順。
- ④ 研修内容（前半）（後半）ともに、「良い」が最も多く、次いで「やや良い」「普通」の順。
- ⑤ 今後の希望
「介護予防」が最も多く、次いで「施設の暮らし・料金」「成年後見制度」の順に多く、「ボランティア活動」と「認知症サポーター養成講座」も比較的多い。
- ⑥ ボランティア活動に関する連絡の可否
「未回答」は最も多いが、講座を重ねるにつれて減少した。
次いで、「はい」が多く講座を重ねるにつれて増加したが、「いいえ」も増加した。

2. 「認知症サポーターズカフェ」

- 1) 「学生」「市民」「職業人」の立場からの報告を中心に展開しました。

志村侑紀氏（学生の立場から）は、認知症サポーター養成講座やボランティア活動、海外研修で知り、学んだことや調べたことと、自分で気がついたことを整理して報告されました。

佐々木美智子氏（市民の立場から）は、認知症サポーター養成講座や寄り添いボランティアのすすめ講座、自らのボランティア活動と、突然要介護状態になった家族との生活の関係を、介護サービスや居宅介護支援サービスとのかかわりから報告されました。

阿部武彦氏（職業人の立場から）は、医療機関の臨床検査技師や認知症領域検査技師として、認知症サポーター養成講座が役立ったこと、自らも認知症キャラバン・メイトとなり講師を務めていることなどをコンパクトにまとめて、わかりやすく報告されました。

- 2) プログラム全体は、テーブルごとランダムにグルーピングした後、アイスブレイクを行うことにより、グループ内の知り合う関係をサポートしたり、3人の報告を聴いたりしつつ、他のテーブルの参加者も含めた情報交換や交流を行うことができました。

報告を各分野の3人に依頼したことから、プログラム上あまり長い時間帯にわたらないよう設定したため、参加者交流の時間は少なくなりましたが、離れた地域の老人クラブ会員同士が、これから会う約束をするなど、一定の効果は認められたと考えています。

- 3) カフェの飲み物を片手に気軽に報告を聴き、気張らず話ができる雰囲気づくりはこれからの活動でも維持しつつ、参加者の意思を反映した内容構成や活動ができる展開を、より一層支援したいと考えています。

3. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」の設立とこれから

そもそも認知症サポーターは、資格ではなく技能講習でもありません。「町域」や「職域」等において、認知症の人など何らかの配慮が必要かもしれない人に対して、日常の中で自然に、対等な立場で関係し、互いの安全や健康、円滑な暮らしを営むことができるようにするための“社会活動（ソーシャル・アクション）をできる人”であると考えています。

そして認知症サポーター養成講座だけではなく、本3回シリーズ講座や認知症サポーターズカフェに、たくさんの人々が参加する中で、認知症や認知症の人のこと、その家族の状況などについて、「もっと知りたい」「理解したい」「何か役立つことはできないか」と考える人は多い、と実感することができました。

- 1) 第1回「認知症サポーターズカフェ」参加者のうち、「認知症サポーター倶楽部」メンバー希望者は24名。
- 2) メンバー希望者を除き、今後の連絡希望者は3回シリーズ参加者も含めて18名。
- 3) メンバー希望者だけではなく、連絡希望者及び認知症サポーター養成講座受講者が勤務する企業その他関係機関・団体に対して、「認知症サポーター倶楽部」設立の告知を3月中に送付。
- 4) 4月以降早い時期に、「認知症サポーター倶楽部」人前設立式及び情報交流、今後の活動に関する検討会（第2回認知症サポーターズカフェ）を行う予定。

II 認知症サポーターと認知症当事者とのリンクについて

- 1) この研究事業において当初設定した目標の二つ目は、「認知症サポーターズカフェ」の開催と「せんだい認知症サポーター倶楽部」の設立による、認知症サポーターと認知症の当事者及びその家族とのリンクでしたが、「認知症サポーター倶楽部」の設立が3月になったことから、本研究事業期間中の実際活動は行うことができなかった。
- 2) 「認知症サポーター倶楽部」には、市民、企業や医療機関の職員のほか、「民生委員」「ボランティア」団体会員、「認知症の人と家族の会」宮城支部の役員、認知症の人と家族の会「会報ぽ〜れば〜れ」編集長、「老人クラブ」役員、「地域包括支援センター」の職員や「せんだい豊齢学園」事務局員などが入会し、また認知症サポーターズカフェには仙台市役所地域包括ケア推進課員が参加し強い関心を示しています。さらに、当法人が直接関与している仙台市と東北福祉大学による「認知症対策推進に関する連携協定」も活用することにより、具体的活動を行う基盤はできると考えており、令和2年4月以降に行う「認知症サポーターズカフェ」によって、認知症の当事者とその家族とのリンク活動を実行していく予定です。

Ⅲ これからの期待と今後の展開

これからの期待

吉永 馨（特定非営利活動法人仙台敬老奉仕会・理事長／東北大学・名誉教授）

人口の高齢化と共に、認知症に罹る人が増えています。認知症はどうして発生するのか、医学者は世界中でしのぎを削って研究しています。うまく行って治療薬でも開発すれば、たちまち億万長者になりますから、研究に熱が入っています。しかし近い将来、原因が解明され、治療薬が発見されることはなさそうです。

ですから、今ある方法で対応するほかはありません。認知症サポーターはその対応の最も重要な役割を担っていると思います。認知症の人を理解し、話しかけたり、安否を尋ねたりするだけで、孤独な認知症の人は助かります。それがないと、世間から見捨てられ、相手にされず、楽しみも希望もなく過ごすことになります。すると認知症は加速し、どんどん悪化します。

認知症になっても、感情は残っています。それを支えればそれなりに安定します。認知症カフェで奉仕することも大切ですが、日常生活の中で声を掛けるだけでも有効です。老年夫婦や独居高齢者で認知症になった人は、孤独です。近所にそういう人がいるなら、声を掛けるだけでも良いでしょう。そうして仲良くなっていると、時に相談相手になる事もあるでしょう。

要は認知症の人を可哀想だから助けてやるというのではなく、一個の隣人として付き合うと言うことでしょう。やがては自分も老います。相身互い、順送りというのが真相でしょう。

声を掛けるという単純なことをまず認知症サポーターが実行し、それが一種の模範となってすべての住民に及び、助け合う社会を作りたいものです。最近地域共生社会を作ろうと国が進めていますが、その心は互いに支え合う社会と言うことですから、認知症サポーターはその担い手、推進者、実行者の役割を果たしています。どうぞよろしくお願いします。

佐々木園恵（せんだんの里／筆頭支援部長・地域支援部（グループホーム等担当）部長）

宮城県内での認知症サポーター養成講座受講者数は平成31年3月31日現在で220,127名と多くの方々が受講されています。

認知症サポーターとしての役割は、「認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守り、支援すること」とされていますが、実際にどのように見守り、どのように支援すればいいのか、また、どのように活動できるのか、様々な疑問を持っている方の声を耳にする事が多くなり、今回のセミナーや認知症サポーターズカフェには、多くの方々に足を運んでいただきました。

今回、セミナーや認知症サポーターズカフェに参加いただいた皆さんと、認知症サポーター同士の交流の場を設けること、そこから「せんだい認知症サポーター倶楽部」の発足、認知症サポーターとしての役割を発揮していただけるよう、共に考え、共に活動していきたいと考えています。

寺内 淳（せんだんの里／地域支援部／地域連携推進グループ・リーダー）

3回シリーズでは、外部団体と共同主催「寄り添いボランティアのすすめ」企画に携わり、企画から段取り、外部講師とのやり取り、広報の在り方等多くの事を学ぶことができた。広報では、市民センター、ボランティアセンターの方から「ボランティアの方増えると良いですね。」「見やすい場所へ掲示します」等、温かいお言葉をいただき、広報をする中で、ボランティア養成に関心を持っている方が多いこともわかった。

実際、開催した企画では、仙台敬老奉仕会でボランティアの方を増員することに重きを置き携わったが、ボランティア活動に興味を示しても、自信がない、時間がないと、なかなか一歩を踏み出すことが難しいこともわかり、今後の課題と考える。

ボランティアの方を受け入れることについて組織的な受入れ体制の確立、受入れを担当する窓口の大切さを改めて気づくことができた。

認知症サポーターズカフェについて、地域の方、職域の方も関心を持ち参加され、新たな活動の開発、情報共有の場に興味、志を高く持っている方が多くいることを実感した。今回のカフェは初めての試みということもあり、活動報告がメインとなったが参加者の声として交流、情報交換をしたいという声もあり、基盤を整えながら多くの認知症サポーターの方が活動できる地域に繋がればと思う。

新たな地域福祉の開発として、ボランティア、認知症サポーターの活動者が増え、情報の共有・発信、交流、学びの場となり、ボランティア、認知症サポーター、地域、職域が連携を図りながら、活動者が不安なく活動しやすい環境を整え社会資源の一つになり、認知症当事者と共生の地域づくりに繋げていきたいと思います。

叶 裕子（せんだんの里／地域支援部／地域連携推進グループ）

一連のシリーズ講座に参加し、各回に効果があったと感じます。

高齢者福祉施設からの専門性の発信と仙台敬老奉仕会からのボランティア活動の意義と魅力がそれぞれの参加者によく伝わっていたと感じます。

高齢化社会に入り高齢者は多少なりとも不安を感じて生活する中、認知症問題や健康面に「健康に生活するための予防策」、また少しでも「社会に還元したい気持ち」などがあり、講座のテーマに関心があったと考えます。2回目のスマートフォン講座は社会の流れについていき、これからの生活を充実したものにしていきたいとの想いで、参加者が多かったのではないかと感じました。またボランティア活動を行ってみたいと思う人が、実際に我が国での実情や経験談などを聞き、自分なりに判断できたと感じました。

サポーターズカフェでは認知症サポーター養成講座を受け、そこからさらに一歩進む活動を行う取り組みは、自分なりにとても興味がわく取り組みと感じました。申込者が多くやはり関心が高いテーマだと実感しました。申込の半数ほどは専門職の方々でしたが、期待するところが高いのではと感じました。

今後は、前述のとおり、何か社会の役に立ちたい、恩返しをしたいと思う方々は多いと感じます。認知症サポーター倶楽部に賛同された方々は、これまでの経験と、少しの知識と、ちょっとした手助けが高齢者や認知症の方の支えとなり、共に住みよい地域になっていけばと考えているのではないのでしょうか。このような倶楽部が、市内各所に作られ気楽に楽しく生活する仲間になっていけば良いなと考えます。

松田 亜由（せんだんの里／地域支援部／地域連携推進グループ）

3回シリーズでは仙台敬老奉仕会との共催ということもあり、それぞれが広報活動を行うことができ、参加者の顔ぶれからも横のつながりを強く感じました。講話の内容によっても参加者の年代に変化があり、1回目のフレイル予防では介護予防に興味関心のある世代の参加率が高い一方で、スマートフォン・アプリ操作講座では60歳代以下の参加も増え、テーマによって年代が大きく変わることがわかりました。主催者側として、こういった方を対象とするのか、必要とされていること、興味関心のあることは何かに着目し、マッチングしていく必要性を感じました。

認知症サポーターズカフェでは、30歳代から50歳代にかけての働き盛り世代の参加率も高く、幅広い年代でご参加いただきました。福祉分野で活動していらっしゃる方の興味関心が高いことはいまでもありませんが、何かをきっかけとして認知症サポーター養成講座を受けられた方々に対して、興味をもっていただけるように取り組んでいく必要性を感じました。今回の企画で学生の方が参加されていましたが、こういった若い世代の力を活かしていくことも、活動の輪を広げる一つになっていくのではないかと思います。

辻田 祐子（せんだんの里／住居支援部長）

今回、認知症サポーターズカフェに参加するにあたり、もう一度自分自身の役割を再確認しました。

- ①認知症の方の生活を支援する介護福祉士
- ②認知症介護指導者
- ③認知症サポーター
- ④認知症サポーターを育成するキャラバン・メイト

いずれにしても、自分自身だけでは何もする事ができず、人と人がつながり、個々人の活動を知り、そして、みんながどの様なつながりを持ち行動していくのが重要であるのではないかと考えました。

当日を迎え、活動紹介を聞き、学生の方のお言葉、介護を行ってきた方のお言葉、医療従事者の方のお言葉、それぞれのお立場での声がきけた事はとても有意義であると感じました。そして、「何か特別な事をする事が認知症サポーターではない」事が改めて実感できました。それぞれの役割や立場、対象となる方との関係性も違う、行動する範囲も違うが、その中で、その瞬間に何ができるかを考えている事が共通であり、それが「認知症サポーターの役割である」のではないかと感じました。

改めて自分の役割はと考えると、事業所に属している者として、人と人を繋ぐ場所や機会の提供、それぞれの心の中にある、思っている事を伝え合ったりする場面作りではないかと思います。しかし地域住民として考えると、現状、事業所やそこに属している者は、少し壁が高い印象があるのではないかと考えます。その壁を少しずつ壊していく作業がこの認知症サポーターズカフェなのであるのではないかと思います。継続する事に意味があり、この事業所を支えてくださっているのも、地域住民だとも思いますので、開かれた事業所作りを継続できたらと考えています。

菅原 哲也（せんだんの里／住居・相談支援部長）

仙台敬老奉仕会と東北福祉会が共同で企画段階から話し合いを重ね、3回シリーズの運営をできたことは、福祉施設での活動や、住民同士が支えあう地域づくりに繋がる、有意義な取り組みであったと感じます。

引き続き、地域の方を対象として、高齢者や認知症、そしてボランティアに関して、より専門的な知識習得の機会を発信していく事が東北福祉会の役割と思います。

本田 則子（せんだんの里／地域支援部（ショートステイ担当）部長・管理者）

参加者がかなり多く、何かをやってみたい、交流したいという方が多かったように思います。実際にボランティア活動をされている方も多く、それぞれの場所で行っている活動の情報交換をしていたり、認知症の方への関わりや友人からの相談をどのように返したらいいのか等、交流を通じて不安を取り除いていたように思います。

このような場所があるといい等というお話もあり、一緒に支え合える環境を提供する事や対応方法の確認等を、今回参加した方たちと繋がる事で輪が広がり、参加する人も増えていくのではないかと思います。

菅間 雅子（せんだんの里／地域支援部（デイサービス担当）部長・管理者）

寄り添いボランティアのすすめ全3回と認知症サポーターズカフェのスタッフとして参加し、カフェコーナーを担当しました。「コーヒー美味しかったわよ」と声をかけられると、好きな飲み物を選んで飲んでいただくということも、場の雰囲気を和ませ、初対面同士でテーブルを囲んでも、話がはずみ、スムーズな意見交換の場になったのではないかと思います。

3回目に行われた認知症サポーター“ステップアップ”講座では、参加された方と直接お話する機会があり、認知症について学びたいと思っていたところで、この企画を知り、とても勉強になったと話されていました。また、認知症カフェについてもお話させていただき、大変興味を持たれ、実際に認知症カフェにも足を運ばれていました。この方のように認知症について学びたいけど、どうすればよいのかわからなかったり、認知症サポーターズカフェに参加された方のように認知症サポーターとして何かできないかと考えたり、認知症サポーター同士が集い、交流を図り、学びの機会を求めている方が、他にも多くいるのではないかと感じました。

このような方同士が繋がる機会が増えることで、認知症サポーターの輪が広がり、認知症の方やそのご家族が暮らしやすい社会になっていくと感じました。

佐藤 智美（せんだんの里／地域支援部／国見ヶ丘3丁目デイサービス・管理者）

認知症サポーターの活動報告では、サポーターとなった方々が自分に何ができるかと迷いながらも、講座で学んだことを活かしながら認知症の方と向き合い、活動をされている事を知りました。坂総合病院の阿部氏の報告では、医療の現場においても認知症の方との関わり方を知ったことで、検査がスムーズに行われるようになったとの話がありました。私の経験では、認知症のご利用者と病院に行った際、理解してもらえずに対応に困っていた検査技師の方や、ご本人とは目も合わせず付き添いの私にばかり声をかけてくる看護師の方の様子に、認知症の方への対応の冷たさを感じたことがありました。今考えてみれば、きっと認知症の方への関わり方が分からなかったのだと理解できます。そのような経験から医療関係の方々の間にも、認知症サポーター養成講座受講が大いに活かされていることをとても嬉しく感じました。他のお二方の活動報告も今回来場された、意欲的な参加者の方々に響く内容で刺激を受けた方も多かったのではないかと思います。また、アイスブレイクやセルフカフェの効果で、初対面同士も気軽に話ができて参加者が楽しんで参加できる運びだったと思います。

今回のような認知症サポーターズカフェへ参加は、認知症サポーターが、自身の活動を他者と共有することで成果や学びを得ること、受講後の活動に展望を持って取り組むことができると考えます。認知症サポーターが長く活動を続けていけることが、地域で暮らす認知症の方やその家族の生活支援に繋がっていく効果が得られると考えます。

佐々木 悠（せんだんの里／住居・相談支援部／居宅介護支援事業所・介護支援専門員）

今回、サポーターズカフェに参加させていただき、感じたこととして、認知症サポーター養成講座を受講したものの、その後の活動がなかなか出来ない方がいらっしゃるというのが現状という中で、このようなサポーターズカフェがある事で、認知症サポーター養成講座を受けて良かった点、変化があった点など実際に体験した方のお話を聞き、認知症サポーターとしての今後の活動を知る機会がある事はすごく良いことだと思いました。また、認知症サポーターの方々が集まる事で、認知症サポーター同士の繋がりができていくのではないかと思います。

今回は地域包括支援センターの方も多く参加されており、「地域包括支援センターで認知症サポーター養成講座を開催するものの、その後について、どのようにしたら良いかがわからなかった。それで、参加してみようと思った。」との声も聞かれ、認知症サポーター養成講座を開催する側としても、認知症サポーターが受講後に活動できるよう、情報提供でき、認知症サポーター同士の集まる機会がある旨を話すことで、さらなる認知症サポーターの活躍、認知症サポーター同士の繋がり、認知症サポーター同士間の情報交換などができるようになるのではないかと思います。

認知症サポーター同士が繋がり、情報交換する機会が増えていくことで、認知症サポーターの地域での活動に繋がり、認知症サポーターが地域で重要な存在となる事と思います。

「認知症の方々と地域の方々がいつまでも住み慣れた地域でと共に暮らしていくことができる」その中で、認知症サポーターが地域で認知症の方々を見守り・寄り添い、そして、地域の方々と共に支え合う活動のきっかけを知る場所でもあり、認知症サポーター同士の絆を深めていける場所として、「認知症サポーターズカフェ」が今後も重要であると感じました。

松本 久（せんだんの杜／住居支援部長）

本事業については、実際にボランティア活動を行っている講師からのボランティア活動のすすめや、ボランティア活動の実際についての報告に軸を置きながらも、福祉施設等でのボランティアに関心のある方だけを対象とした研修構成とはせずに、中高年齢等の方々が関心のあること（第1回フレイル予防、第2回スマートフォン操作、第3回認知症サポーターステップアップ講座）を組み入れた研修構成とすることで、これまでボランティア活動に対して関心があっても踏み出せない、あるいは、そもそも関心を持てなかった方々が興味を持てただけのような研修会の実施ができたように感じています。

研修に関わった者としては、研修を受講される方々が実際に学びたいことと、併せて本研修のように組み合わせをした研修構成とすることで、受講者自らが関心のある内容に加え、新しい情報から、新しいジャンルへの興味・関心を持てる情報提供をしていくということは、非常に大切な取り組みであると実感をしました。

2025年には、認知症高齢者は約700万人となると推計されており、今後、介護を必要とする人々が増加することはすでに分かっています。少子高齢化、介護業界への従事者の減少なども伴い、ますますボランティア活動の重要性は高まっていくものであると感じています。

介護業界が待っているだけではボランティアには繋がらない。ボランティア活動のしやすさ、柔軟なボランティアの受入等、介護業界としての情報発信が十分なものでなければ、ボランティアに関心のある方々の活動の場は非常に限られたものになっていくということを自覚しなければいけないということを、私自身も考える機会となった研修会でした。

橋場 弘樹（せんだんの館／生活支援事業部／高齢福祉課長）

仙台敬老奉仕会との共催ということもあり、普及活動の視点も含めた講座の構成が求められていたと思います。全3回の講座は二部構成で行われており、一部での内容で、いかに参加者の興味をひける内容とするかも重要なポイントだった中で、①フレイル予防、②簡単スマートフォン・アプリ操作、③認知症サポーター（ステップアップ）講座と、国の施策（介護予防・健康づくりの推進、認知症「共生」、「予防」の推進）とも連動した構成が行えたと考えます。

参加者の方々からも「新しいことを知りたい」、「自分に何ができるのか」、「どのような考え方がいいのか」などの前向きな姿勢、意見が聞かれておりましたし、一方で現状に対する不安・不満感を率直に意見してくださる方もいらっしゃいました。

その双方の意見をいかに建設的に捉えながら、今後の取り組みに繋げていくかも、我々の大きな役割、求められていることだと考えます。

また、今回の講座から参加者が何を求めているのか、どのようなキーワードに興味を示すのかなど、主催者側として常にアンテナを張り、イメージしていくことが重要であると改めて感じました。

今後ますます、社会福祉法人の役割（地域における公益的な取組）が重要となる中で地域づくりをコーディネートする機能の強化が求められます。

講座の開催を通じて、地域住民との連携、学びの共有を図りながら、ともに実践（仙台敬老奉仕会の活動や認知症サポーター（ステップアップ）養成講座等）を行い、交流や参加の機会、お互いの居場所の確保を目指していくことが私たちの担う使命であること、法人としての存在価値を示していくことに繋がるということを再認識し、これからの取り組みに活かしていきたいと考えます。

今後の展開

I. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」の設立

令和2年2月6日に倶楽部設立を告知、メンバーを募集。

令和2年3月2日に倶楽部設立を正式宣言。(設立時メンバー26名)

II. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」人前設立式(誕生会)

令和2年春期に第2回「認知症サポーターズカフェ」として開催予定。

III. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」の目的と活動方針(案)

(※) 具体的内容は「せんだい認知症サポーター倶楽部」メンバーの協議により決定する。

1. 目的

1) サポーター同士が、”ゆるやかに”つながるために

- ① 情報交換や交流を通じて、お互いを知り合う。
- ② 仲間をつくって、楽しめる活動を行う。
- ③ 自分自身の人生の“糧”をつくる。

2) 認知症の当事者やその家族とサポーターが、関係するために

- ① 認知症を知り、自分と他の人に役立てる。
- ② 自分や他の人のハンディキャップを減らし、ダイバーシティ(多様性のある街)とソーシャル・インクルージョン(社会的包摂)を推進する。

2. 目標

- 1) 認知症サポーターは、認知症の当事者(本人)とその家族の暮らしを、自分事として捉えます。
- 2) 認知症サポーターは、地域のパートナー(よき知り合い)として、認知症当事者とその家族とのふさわしい関係をつくり、可能な支援を行います。

3. 活動方針

- 1) 認知症サポーターは、自分の暮らしと仕事に支障のない範囲で活動を行いましょう。
- 2) 認知症サポーターは、一方的な奉仕者、自己満足の支援者にならないようにしましょう。
- 3) 認知症サポーターは、自分と他の人に役立つ行動を目指しましょう。

IV. 「せんだい認知症サポーター倶楽部」の活動(案)

1. 紙媒体とインターネットを利用した「広報」と「交流」
2. 認知症に関する「情報」の無料提供
3. 「認知症サポーターズカフェ」の定期開催
4. 認知症サポーター”ステップアップ”講座と情報交換・交流会
5. 倶楽部活動の「協働」と「相互支援」
6. 「認知症カフェ」体験参加
7. 「介護施設・サービス」見学会・体験会
8. 福祉・介護に関する無料「学習」支援
9. 介護アシスタント等の就業支援、ほか。

2020年2月6日第1回「認知症サポーターズカフェ」から
『せんだい認知症サポーター倶楽部』は
誕生しました



できました

これから
やって
みよう

みんな
集まって

せんだい認知症サポーター 倶楽部



会費

無料

メンバー
募集中

お申込み先

せんだんの里
地域連携推進グループ

sato2019ev@gmail.com

電子
メール



お待ちしています



「認知症サポーターズカフェ」で
“ステップアップ”講座を受ける。
認知症サポーター同士&認知症
当事者やその家族とのダブルリ
ンクを体験しましょう。

→詳しくは裏面をご覧ください



電話

022-303-7552

FAX

022-303-7572

事務局

社会福祉法人 東北福社会
せんだんの里
<https://www.sendan.or.jp>

Facebookでチェック



Instagram



【資料集】

**認知症サポーター” ステップアップ” 講座
&
寄り添いボランティアのすすめ アンケート**

令和元年9月12日（木）

あてはまる項目にチェックをしてください。

1. 年齢

☐ 10代 ☐ 20代 ☐ 30代 ☐ 40代 ☐ 50代 ☐ 60代 ☐ 70代 ☐ 80代以上

2. 今回の研修を何で知りましたか

☐ 新聞 ☐ 広報誌 ☐ チラシ ☐ ホームページ ☐ 知人・口コミ ☐ その他

3. 研修時間について

☐ 長い ☐ ちょうどよい ☐ 短い

4. 研修内容について

第1部【認知症サポーター” ステップアップ” 講座】

☐ 良い ☐ やや良い ☐ 普通 ☐ やや悪い ☐ 悪い

第2部【寄り添いボランティアのすすめ】

☐ 良い ☐ やや良い ☐ 普通 ☐ やや悪い ☐ 悪い

5. 今後どのような研修を望みますか。 *複数可

☐ パソコン ☐ スマートフォン ☐ 成年後見制度 ☐ 介護予防（フレイル予防）
☐ 認知症○手話 ☐ ボランティア活動 ☐ 認知症サポーター ☐ 施設の暮らし・料金
☐ その他 ご要望があればご記入下さい。

6. ボランティア活動について

①仙台敬老奉仕会に入りボランティア活動を希望しますか。

☐ はい ☐ いいえ

②ボランティア活動のご連絡・お手紙を送っても良いですか。

☐ はい ☐ いいえ

・その他ご意見ご要望がございましたらご記入下さい。

任意

氏名

ご連絡先

ご住所

ご協力有難うございました。

認知症サポーターズカフェ アンケート

令和2年2月6日（木）

あてはまる項目にチェックをしてください。

1. 年齢

☐ 10代 ☐ 20代 ☐ 30代 ☐ 40代 ☐ 50代 ☐ 60代 ☐ 70代 ☐ 80代以上

2. 今回のカフェを何で知りましたか

☐ 新聞 ☐ 広報誌 ☐ チラシ ☐ ホームページ ☐ 知人・口コミ ☐ その他

3. 認知症サポーターズカフェの時間について

☐ 長い ☐ ちょうどよい ☐ 短い

4. 本日の認知症サポーターズカフェについて

☐ 良い ☐ やや良い ☐ 普通 ☐ やや悪い ☐ 悪い

5. 今後のサポーターズカフェでどんなことを聞きたいですか。または行きたいですか。

☐ 認知症サポーター活動体験談 ☐ 参加者同士の交流 ☐ 認知症の勉強会
☐ その他（ ）

6. （仮称）せんだい認知症サポーター倶楽部について

①認知症サポーター倶楽部への入会を希望しますか。

☐ はい ☐ いいえ ☐ その他（ ）

②認知症サポーター倶楽部についてご連絡・お手紙を送っても良いですか。

☐ はい ☐ いいえ

③せんだい認知症サポーター倶楽部で活動してみたいことはありますか。

☐ 情報交換 ☐ 交流 ☐ サポーター倶楽部の今後の流れ ☐ 活動場所・内容の検討

☐ その他（ ）

・その他ご意見ご要望がございましたらご記入下さい。

連絡先

氏名

電話番号

メール

住所

ご協力有難うございました。

6.で「はい」と回答の方は、下記の連絡先にご記入下さい。



『ぜひ、ご参加ください!』
黄色いエプロン姿の『仙台敬老奉仕会』の皆さんと『東北福祉会』の職員の方々

欧米並の ボラ文化を

未来と地域のためにボランティアを育成

参加者募集中

イベントで魅力や体験談を披露
『仙台敬老奉仕会』&『東北福祉会』

老人ホームの職員による入所者への虐待が問題となったりしていますが、これからさらに介護施設における職員不足とボランティアの必要性が高まるものと予想されています。

しかし、被災地で活動する災害ボランティアなど比べると、介護施設におけるボランティア活動は見えにくかったり分かりにくかったりして不足がち。

そこで、施設でのボランティアの必要性や魅力について多くの方に知っていただこうというイベントが、7月から3回に渡って開催されることになりました。



入所者に話しかけたり、“寄り添う”ボランティアを行う岡本さん

主催するのは、いち早くこの問題に着目して施設に訓練されたボランティアを派遣する一方で、施設側にもボランティアの受入体制の整備を促してきたNPO法人仙台敬老奉仕会。そして、主旨に賛同してボランティアを積極的に受け入れてきた東北福祉会。

今回のイベントを通じてボランティアに興味を持たれた方には、豊富な経験を持つ両者が独り立ち出来るまで特養やグループホームを備えた複合施設『せんだんの里』で経験を積んでいただき、その後は自宅近くの施設等で活躍していただくことを目指しています。

ボランティアとして10年以上活動してきている岡本仁子さんは「ボランティアをすることで、良い施設かどうかがよく分かります。将来、自分の行きたいところを探せる、そんなメリットもありますよ」と話していました。

シニア世代はもちろんのこと、お子さんの手が少し離れて時間に余裕ができた40代、50代の方々も大歓迎だそうです。

《3回のイベントの概要》
フレイル予防はお口から&寄り添いボランティアのすすめ
7月8日(月) 14時~17時
会場／仙台市福祉プラザ
定員30人(先着)

参加無料・空きがあれば当日受付
ボランティア講師は吉永馨氏
(仙台敬老奉仕会理事長他)

簡単スマートフォン・アプリ操作講座&寄り添いボランティアのすすめ
8月26日(月) 13時30分~17時
会場／仙台市福祉プラザ
定員20人(先着)

参加無料・空きがあれば当日受付
ボランティアの講師は同じ。

認知症サポーター・ステップアップ講座&寄り添いボランティアのすすめ
9月12日(木) 13時30分~16時30分
会場／仙台市福祉プラザ
定員20人(先着)

参加無料・空きがあれば当日受付
ボランティアの講師は同じ。

問／せんだんの里
地域連携推進グループ
☎(303)7552

認知症サポーター 集まろう

来年2月仙台に「カフェ」

認知症の人や家族を支える「認知症サポーター」が集まり、情報交換する「サポーターズカフェ」が来年2月、仙台市内で始まる。養成講座を受けてサポーターになった人たちが交流し、認知症の人が暮らしやすくなるための支援を考える取り組みだ。

養成講座 受講

9月、仙台市青葉区で認知症サポーター養成ステップアップ講座が開かれた。

サンクラス、はさみ、札束……。スクリーンに写真が次々と映る。10枚目の時計の写真が消えると、「はい、何が映ったかメモしてください」と声がかかった。集まった約40人は互いに顔を見合わせた。全て覚えていた人はわずかだった。

「全部思い出せないと嫌な気分になりますね。不快感情と言います」。講師を務めた特別養護老人ホーム「せんだんの里」（同区）の舟越正博・総合施設長が種明かしした。認知症では記憶障害が出やすい。その当事者の気持ちを想像してもらう狙いだった。

記憶障害があると、例えばATMの操作がうまくいかなくなる人もいる。時間がかかり、後ろに行列がで



認知症サポーター養成ステップアップ講座が開かれた＝9月、仙台市青葉区

情報を交換 活動の広がり図る

■認知症の人への接し方と注意点

- ◆まずは見守る……さりげなく
- ◆余裕を持って対応
……困惑や焦りは伝わる
- ◆声をかけるときは1人で
……複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすい
- ◆後ろから声をかけない
……相手の視野に入ったところで声かけを
- ◆優しい口調で
……視線を同じにして対応
- ◆おだやかに、はっきり話す
……方言で話すことも大切
- ◆ゆっくり対応する
……せかされたり同時に複数の問いに答えたりするのが苦手

※認知症サポーター養成講座の資料から

家族も「肩の力を抜くことが基本」だという。認知症の人は、最も関わりが深

い配偶者や子ども、子どもの妻らにつらく当たりがちだが、介護サービスを受ま

きること本人は自覚している。だが、誰かに尋ねるのも勇気が必要だ。舟越さんは「困っている人がいれば、私たちが声をかける。これがサポーターがいる意味です」と解説した。

約1時間半の講座では、認知症の人の感じ方の特徴も紹介した。相手のジェスチャーや視線、表情はよく理解できる一方、相手が誰なのか認識したり、複数のことを同時に行ったりすることは苦手だ。このため、笑顔で接することで安心感を与えられると、舟越さんは強調した。

県内に22万人

認知症サポーターは、こうした養成講座を受けると誰でもなれる。オレンジ色の腕輪をつけて目印にする。認知症の正しい知識と理解を持ち、地域で「できる範囲」の手助けする人を増やそうと、厚生労働省が2005年に取り組みを始めた。正式な資格ではないが、銀行やスーパーなどの従業員も多い。6月末時点で全国に1164万人、県内では約22万人いる。

だが、舟越さんによると、さりげない役割であるだけに、積極的に活動できる場は少ない。仙台市内では、定期的に開かれる交流会「認知症カフェ」の手伝いや小規模のサークル活動にとどまりがち。講座で学んだ知識がどんな場面で役立つのかをサポーター同士で共有することで、意欲のある人にできることを探してもらえないか。舟越さんはサポーターズカフェ「せんだい認知症サポーター倶楽部（仮称）」を立ち上げることにした。

年明けから定員30人程度の募集を始める。来年2月6日午後1時半から仙台市青葉区の市福祉プラザで初会合を開く。その後は3カ月に1度程度、集まりを持つ方針という。介護施設でのボランティアの受け入れ情報も提供する方針だ。

（井上充昌）



2月6日に開催されたサポーターの交流会で、せんだい認知症サポーター倶楽部について説明する舟越氏。交流会も年に数回開催予定。

仙台市だけで8万人以上の認知症サポーターが養成されている中、『せんだい認知症サポーター倶楽部（公益財団法人日本社会福祉弘済会助成事業）』が設立されました。

目指すのは、認知症

サポーターのダブルリンク。1つ目のリンクは、

認知症サポーター養成講座を受けた方たちのつな

トピックス

認知症サポーターを さまざまな面から支援！

誕生！せんだい認知症サポーター倶楽部

がりを築くこと。2つめのリンクは、サポーターと認知症の当事者や家族とのつながりを築くこと。

入会すると、情報提供や認知症に関するステツプアップ講座が受講できたり、活動の支援を受けられるなどの特典があります。二人で出来ることは限られますが、他の人と力を合わせることで大きくなります。地域を良くするため、皆さんと一緒に考えながら進めていきたい」と、せんだんの里の舟越正博総合施設長。

問／せんだんの里

☎(303)7552

【仙台敬老奉仕会ニュースレター第59号】

認知症サポーターズカフェ

◇日時：2020年2月6日(木) 13:30から

◇場所：仙台市福祉プラザ11階 第一研修室

◇活動紹介

1. ボランティアをして学んだこと

志村侑紀 東北福祉大学 福祉学部4年生

2. 認知症サポートの経験談

佐々木 美智子 混声合唱団グラン

3. 宮城県臨床技師会における認知症の取り組み

阿部武彦 宮城県臨床検査技師会 理事

4. 仙台認知症サポーター倶楽部のお誘い

せんだんの里 総合施設長 舟越正博

仙台敬老奉仕会のボランティアも多数参加され熱心に聞き入っておられました。



イベント告知等

【河北ウィークリーせんだい（2019年6月13日）MYTOWN 愛子錦ヶ丘6月版】



特別養護老人ホームやグループホームなどが
一体となった「せんだいの里」

**地域と共に歩む
（社福）東北福祉会
せんだいの里**

東北福祉会せんだいの里は仙
台市青葉区国見ヶ丘にある高齢
者施設です。「フレイル予防は、お
口から＆寄り添いボランティアの
すすめ」と題した講座をNPO法
人仙台敬老奉仕会と共催して開
催します。歯科衛生士と管理栄養
士、仙台敬老奉仕会の吉永馨理事
長（東北大名誉教授）が講座を行
います。この機会に健康とボラン
ティアについて考えてみません
か。7月8日（月）14～17時、仙台市
福祉プラザで入場無料。電話また
はファクス、Eメールで申し込み
を。

DATA 仙台市青葉区国見ヶ丘6-149-1 Eメール:sato2019ev@gmail.com
TEL022-303-7552 FAX022-303-7572

【シルバーネット 2019年6月号】

**フレイル予防は、お口から
＆寄り添いボランティアのすすめ**

7月8日（月）14時～17時
会場／仙台市福祉プラザ
参加費無料
定員30人（先着）

※講師は吉永馨氏（仙台敬老奉仕
会理事長 他。申込は、せんだい
の里地域連携推進グループまで。
問／せんだいの里
☎（303）7552

【げんき倶楽部杜人（2019年6月30日）7・8月号】

講座開催

NPO法人仙台敬老奉仕会と社会
福祉法人東北福祉会がボランティア
の必要性や魅力についてお伝えする
イベントを開催します。8月はスマ
ートフォン講座、9月は認知症サポ
ーターステップアップ講座も一緒に開
催します。

**簡単スマートフォン・アプリ操作講座
＆
寄り添いボランティアのすすめ**

2019年 13:30～17:00 定員
8月26日（月）仙台市福祉プラザ 20名
講師：スマートフォンアドバイザー 協力：ソフトバンク株式会社
講師：吉永馨（仙台敬老奉仕会理事長、東北大学名誉教授）

**認知症サポーターステップアップ講座
＆
寄り添いボランティアのすすめ**


2019年 13:30～16:30 定員
9月12日（木）仙台市福祉プラザ 20名
講師：社会福祉法人 東北福祉会
講師：吉永馨（仙台敬老奉仕会理事長、東北大学名誉教授）

参加無料 問／社会福祉法人 東北福祉会
せんだいの里
地域連携推進グループ
電話：022-303-7552
FAX：022-303-7572
電子メール：sato2019ev@gmail.com

【読売新聞（2019年6月28日・朝刊）宮城版】【河北新報・（2019年7月1日・夕刊）宮城版】

◆フレイル予防は、お口から
＆寄り添いボランティアのすす
め 7月8日午後2時、青葉区
五橋・仙台市福祉プラザ10階第
2研修室。要予約。せんだいの里
地域連携推進グループ022・303・
7552。

◆NPO法人仙台敬老奉仕会・
社会福祉法人東北福祉会「フレ
イル予防は、お口から＆寄り添
いボランティアのすすめ」（8日午後
2時、青葉区・仙台市福祉プラザ）
第1部は特別養護老人ホーム
「せんだいの里」の歯科衛生士と
管理栄養士、第2部は仙台敬老奉
仕会理事長の吉永馨さんと同会理
事の岡本仁子さんが講師を務め
る。定員30人（先着）。参加無料。
申し込みは、せんだいの里地域連
携推進グループへ。☎（303）7552。



仙台圏

イベント情報

式で交流する。「せんだい認知症サポーター倶楽部」の組織づくりに向けた説明も行う。参加無料。申し込みは、せんだんの里地域連携推進グループへ。☎(303)7552。

募 集

◆塩釜神社節分祭（2月2、3日午後3時、塩釜市・同神社）
福豆や景品引換券をまく。入場無料。☎(367)1611。

◆障害福祉分野の就職応援交流カフェ・福祉のおしごとフォーラム（2月6日、青葉区・仙台市中小企業活性化センターセミナールーム）
対象は福祉の仕事に関心のある大学・短大・専門学校生。参加無料。交流カフェ（午後0時半）は、福祉施設代表によるトークのほか、参加者と若手職員との交流会がある。定員30人（先着）。申し込みは電子メールで仙台市障害企画課へ。メールアドレスはfuk005330@city.sendai.jp 問い合わせは☎(214)8163。おしごとフォーラム（午後2時～4時半）は、約20の事業所ブースを回り仕事内容を聞く。入退場自由。☎宮城県社会福祉協議会 県福祉人材センター(262)9777

◆認知症サポーターズカフェ（2月6日午後1時半、青葉区・仙台市福祉プラザ）
対象は認知症サポーターの養成講座の受講経験者と予定者。経験者3人が活動を紹介し、カフェ形

みやぎ
情報コーナー

催し

◇仙台YWCA子育て・孫育てひろば 5日午前10時、仙台市青葉区・仙台YWCA会館。講師は宮城学院女子大名誉教授の畑山みさ子さんで「絵本のすすめ」をテーマに話す。おやつ代100円。託児無料（6カ月以上）。022(222)9714。火・木・金曜。

◇おもちゃ病院がやってきます 5日午前10時～正午、仙台市太白区・中田児童館。8日午後1～3時、青葉区・市シルバースタイル。各先着15人、1人2点まで。修理無料（部品交換の場合は有料）。部品の再利用のため不要のおもちゃを譲り受ける。おもちゃ病院「チャチャチャ」の鎌田さん022(222)5151。

◇認知症サポーターズカフェ 6日午後1時半、仙台市青葉区・市福祉プラザ。対象はサポーター養成講座受講者らで、活動紹介などを通して交流し学び合う。定員30人。参加無料。申し込みは東北福祉会せんだんの里022(303)7552へ。

イベント情報

NHKラジオ歌謡 仙台放送 1月15日（水）13時25分～15時30分
会場／宮城野区中央市民センター
※講話と合唱。参加料1000円
問／研究部080(19)77306

無料お役立ちセミナー 1月17日（金）13時30分～14時45分
会場／仙台市シルバーセンター
「楽しく学ぶ『終活』」
終活とエンディングノートについて
※詳細は3面

問／シルバーパートナーズ 022(220)260428

シニア限定のパートナー探し 大人の茶話会 1月19日（日）13時30分
会場／ホテルニッパットモトモ 男性5000円・女性2000円
問／Book700(05)4800606

宮城ラジオ歌謡を聴く会 1月22日（水）13時30分～15時30分
会場／目立シニアホール（仙台）
※一緒に歌いませんか。年会費制。初参加の方は初回のみ5000円
問／歌謡部022(43)04001

美味しい、楽しい出立をランチ会「おひとりさまの会」 1月26日（日）13時
会場／ミラ・アパージュ
女性2000円・男性5000円
※ラガーデン1F入口集合
対象55歳以上、本会・会員の方
問／Life700(70)7777

認知症サポーター等が集い、交流し学び合うカフェ
認知症サポーターズカフェ 2月6日（木）13時30分～16時
会場／仙台市福祉プラザ
参加無料。定員30人。当日受付あり。
※活動紹介（認知症サポーター養成講座が役立ったこと。参加対象は認知症サポーター養成講座を受講した方。受講予定のある方等。
問／せんだの里会(303)7552

公益財団法人 日本社会福祉弘済会 2019年度社会福祉助成事業

「サポーターズカフェ」による
認知症サポーター・ダブルリンクの
試みと効果の考察
【研究事業報告書】

令和2(2020)年3月

発行所 社会福祉法人東北福祉会
〒989-3201
宮城県仙台市青葉区国見ヶ丘6丁目149番地1
TEL(代):022-303-0086 FAX(代):022-208-7600
e-mail(代): t-honbu@sendan.or.jp
URL : <https://www.sendan.or.jp>

発行者 社会福祉法人東北福祉会 せんだんの里
総合施設長 舟越 正博

印刷所 株式会社 ホクトコーポレーション
〒989-3124
宮城県仙台市青葉区上愛子字堀切1-13
TEL(代):022-391-5661 FAX(代):022-391-5664
URL : <http://www.hokuto-web.co.jp>