

専門職も 「認知症観」を アップデート!

山口県介護福祉士会 周南ブロック
宮内一弥

山口県作業療法士会
武藤多鶴子

周南市 地域福祉課
保健師 小林広樹

9.21
World Alzheimer's
Day 2024

共に生き
ともに歩もう
認知症



デイサービス「はっぴい」の利用者の皆さんと
ミカン農家の仕事に汗を流す山中さん

9.21
WORLD
ALZHEIMER'S
DAY

世界アルツハイマーデー
(認知症の日)

公益社団法人
認知症の人と家族の会

9月21日は世界アルツハイマーデー（認知症の日）です。

「認知症」ときいて
イメージする状態像は？

軽度認知障害 (MCI)	軽度認知症	中度認知症	重度認知症
変化が 起き始めた時期	日常生活で 見守りが必要	日常生活で手助け や介助が必要	常に介護が必要
・物忘れが多いが、自立して生活できる ・もの忘れの自覚がある ・本人はなんとなく違和感を感じている	・約束や予定の場所を忘れたり、間違えることが頻繁にある ・買い物や金銭管理にミスが見られるが、身の回りのことは自分でできる	・たびたび、道に迷う ・物の使い方がわからない（リモコンや家電製品等） ・着替えや、入浴、排泄などが、うまくできないことがある	・身の回りのことに全面的な介護が必要 ・ほぼ寝たきりで意思疎通が難しい

中等度から重度をイメージする人が多い

軽度認知障害 (MCI)	軽度認知症	中度認知症	重度認知症
変化が 起き始めた時期	日常生活で 見守りが必要	日常生活で手助け や介助が必要	常に介護が必要
・物忘れが多いが、自立して生活できる ・もの忘れの自覚がある ・本人はなんとなく違和感を感じている	・約束や予定の場所を忘れたり、間違えることが頻繁にある ・買い物や金銭管理にミスが見られるが、身の回りのことは自分でできる	・たびたび、道に迷う ・物の使い方がわからない（リモコンや家電製品等） ・着替えや、入浴、排泄などが、うまくできないことがある	・身の回りのことに全面的な介護が必要 ・ほぼ寝たきりで意思疎通が難しい

気づきの時期、発症した時期

「認知症」と診断されたその日から、何もわからなくなったり、何もできなくなくなるわけではありません。しかし・・・

私は、何も
できなくなる・・・

楽しみは諦める
しかない・・・

「認知症の人」という
目で見られるのが不安
で誰にも言えない・・・



本人

何か手助けを
してあげないと

外出や運転は控
えた方が安全か

介護サービスや
施設を探さないと



家族など周囲の人

気づきの時期、発症した時期

この時期から、本人にとって、よりよく過ごしてもらうための支援や相談先があることが大切

気軽に話せる人がいたり、居場所があると安心

不安なことは言ってね。聞くよ。

今までしてきたことはなんとなくできる

どうしたらいいか一緒に考えよう

好きな活動、日課を続けたい

好きな活動は工夫と手助けで続けられる



本人



家族など周囲の人

「新しい認知症観」とは

認知症になっても個人ができること、やりたいことを工夫しながら続け、自分らしく暮らしていく。



認知症希望大使 希望の道

検索



下坂 厚さん

大手鮮魚店で働いていた下坂 厚さんが若年性アルツハイマー型認知症と診断されたのは46歳のとき。

現在は高齢者を支える仕事と趣味の写真撮影に生きがいを見出し、充実した毎日を過ごしています。

写真の腕前はプロ顔負け。

当事者目線の情報を日々発信しています。

本人も
その家族も

医療・介護の
専門職も

地域の人も

一方で、地域では「古い認知症観」

認知症の本人・家族の声

違和感の感じ始め、
暮らしが変わること
への戸惑いや葛藤
があった。（本人）

夫からは、周りに
あんまり余計なこと
を言うなと言われた。
（本人）

勤務先から受診の
勧めがあった。でも
すぐに家族に相談
できなかった。
（本人）

「何かあったら受診
してください。」と言わ
れたが、タイミングが
わからなかった。
（本人・家族）

夫が認知症である
ことを周囲に隠した
かった。（家族）

専門職の声（あ・うんネット周南認知症バリアフリーワーキング会議）

専門職がしがちな「古い認知症的ケア」とは？

本人の思いを軽視

- ・「危ないから」と趣味をやめるように言った
- ・視線を合わせていない

本人に尋ねていない

- ・話し合いの輪に入れていない。
- ・説明を求めている
- ・家族の同意が得られていたら、本人に尋ねていない

一方的な会話

- ・専門職側の言いたいことを一方的に進める
- ・最後まで話を聞かない
- ・適当な相づち

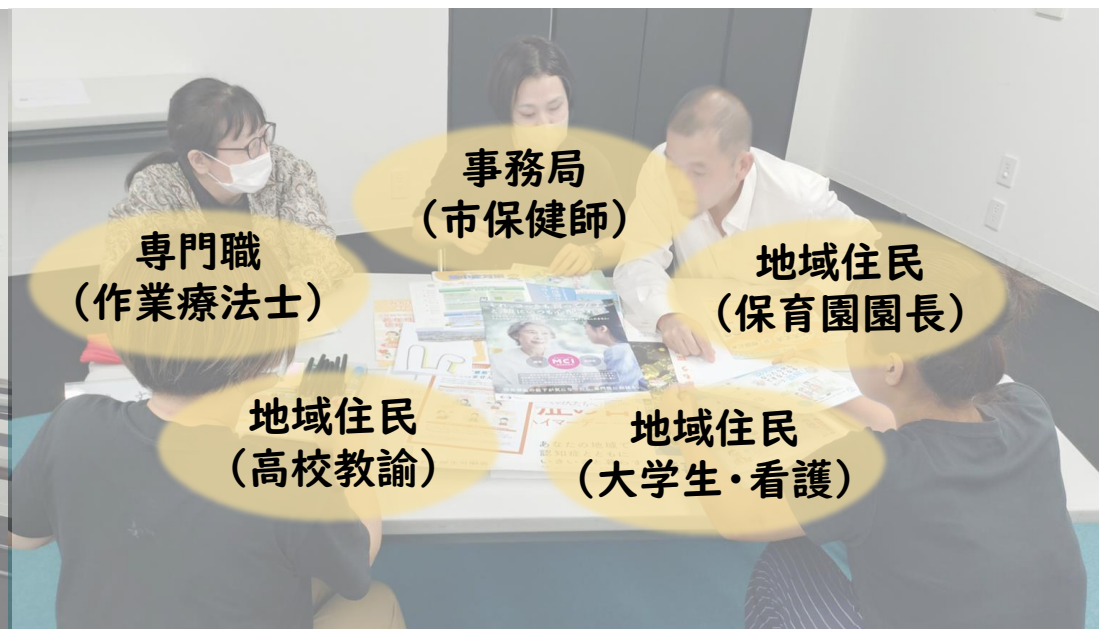
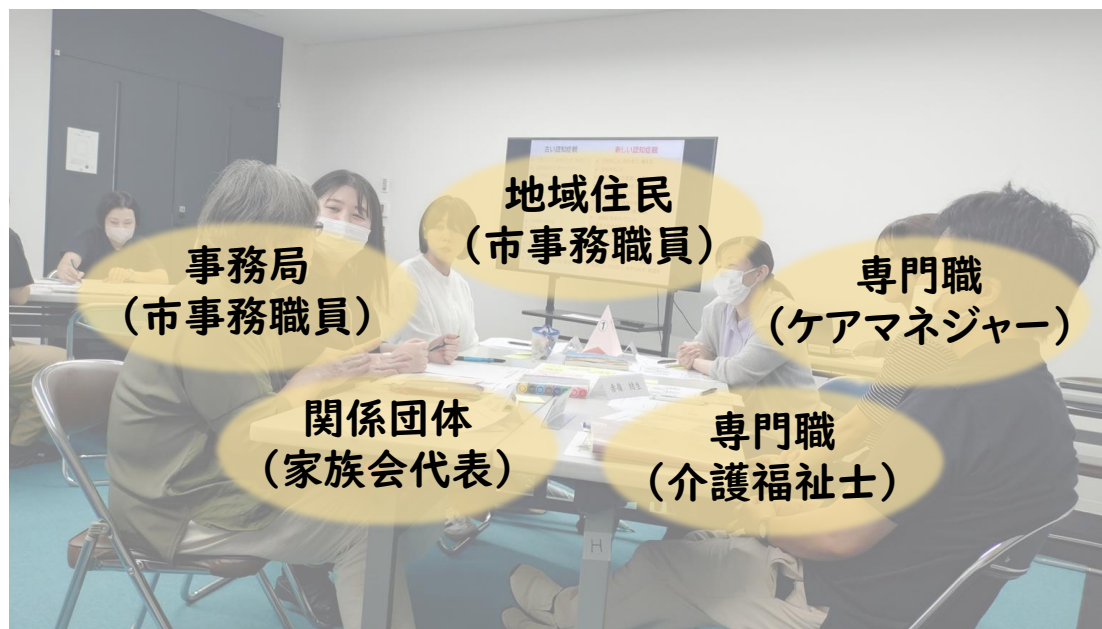
出来ないと決めつけ

- ・「家で生活は無理」と施設での生活を勧めた
- ・できないと決めつけて手伝いすぎた
- ・会話をあきらめた

地域の人の声

新しい認知症観を広げよう委員会

市民や関係団体・専門職が一緒に
「新しい認知症観」を地域に広げる必要性を知り、
それぞれの視点で、広げるためのアイデア（啓発方法）を考える



「もしかして私、認知症かも？」と思ったら・・・

何もしない・できない

- － 気のせいかな、と思う。
- － 診断を受けて確定させたくない。
- － 自分一人では行動できない。

信頼できる人に相談する

- － 自分のことをよく知る人、話しやすい人に相談する。
- － 家族以外の人には言えない。恥ずかしい、隠したい。

新しい認知症観を広げよう委員会を通して・・・

知ることやさしい
社会をつくれるはず

世の中重度の
イメージが濃い。
早期の対応が
大切

(早期の) 認知症の
人とそうでない人と
あまり変わらない

理解者を増やして
相談しやすい社会
になるといい

目をそむけず少し
でも触れることの
大切さ

自分や周囲の
イメージが大切

ごちゃまぜが良い!

一緒に取り組む
専門職じゃない仲間
をつくろう!
出会いに感謝!

本人も
その家族も

医療・介護の
専門職も

地域の人も

「古い認知症観」→「新しい認知症観」
への **アップデート** が必要

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会 を通じて・・・

山口県介護福祉士会周南ブロック
宮内 一弥

印象的だった場面、 参加者の意見・発言

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会を通じて・・・

○ 印象的だった場面、参加者の意見・発言

- － 学生の「軽度の認知症の人」へのイメージが
ガラリと変化 していく様子
- － 専門職の「認知症になっても、まず専門職には
相談しない、かな。」という言葉

アップデートされた 私の認知症観、 専門職に必要な姿勢・心がまえ

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会を通じて・・・

○ アップデートされた私の認知症観、専門職に必要な
姿勢・心がまえ

- ー 認知症になっても **その人の人生は続いていく**
- ー 専門職に必要なのは まず「**側にいること**」

専門職も

認知症観をアップデートするために

伝えたいメッセージ

認知症バリアフリーワーキング会議、

新しい認知症観を広げよう委員会を通じて・・・

○専門職も 認知症観をアップデートするために 伝えたいメッセージ

- ー 専門職も **地域**に出て行こう！
- ー **できることから始めて**
専門職も 地域に**混ざり**に行く

地域で
認知症カフェを
スタート！

菊 川

.....

おげんき
カ フ ェ 

.....

介護やお薬の相談もできるおしゃべりカフェ
です。新鮮な野菜や有休品もバザー販売してい
ます。入場無料、途中からの参加も OK！どな
たでも、お気軽に遊びに来てください。

日時 2月12日 **木**
13:00~14:30

場所 菊川市民センター
集会室

住みよい菊川をつくる会夢プラン部(連絡先:宮内 TEL080-2895-1418)

／菊川おげんきカフェ／

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会 を通じて・・・

山口県作業療法士会
武藤 多鶴子

印象的だった場面、 参加者の意見・発言

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会を通じて・・・

○印象的だった場面、参加者の意見・発言

- 「**人生の中で一番** 認知症について考えた時間
だった。」
- 「**できることが** たくさんある」

アップデートされた 私の認知症観、 専門職に必要な姿勢・心がまえ

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会を通じて・・・

○アップデートされた私の認知症観、専門職に必要な 姿勢・心がまえ

- 「認知症＝重度」のイメージに 強く偏っていた
- 「地域で暮らすのは無理」 とあきらめている自分に
気づいた
- 「古い認知症観」に縛られている と気づくことが
大切

専門職も 認知症観をアップデートするために 伝えたいメッセージ

認知症バリアフリーワーキング会議、
新しい認知症観を広げよう委員会を通じて・・・

○専門職も 認知症観をアップデートするために
伝えたいメッセージ

— 「**ご本人が決める**」ということを肝に銘じ、
本人の声を 聴く。

— 認知症の人が **身近にすることが普通**に なるよう、
認知症を正しく理解する**仲間を増やす。**

専門職も認知症観をアップデートするために大切なこと

- 「認知症」を自分のイメージでひとくくりせず、その人の認知症の**状態像を正しく捉えて**関わる
- ご本人の声**を聴く
- 自分自身の認知症観と**向き合い、気づく機会**をつくる