

認知症ケア研修

世田谷区の認知症施策について

～認知症とともに生きる希望を地域でささえるために～



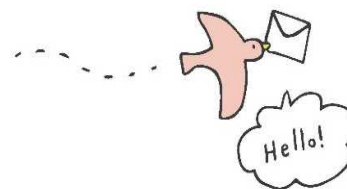
世田谷区の鳥「オナガ」

あんしんすこやかセンター
マスコット「あんすこ君」



世田谷区 高齢福祉部
介護予防・地域支援課

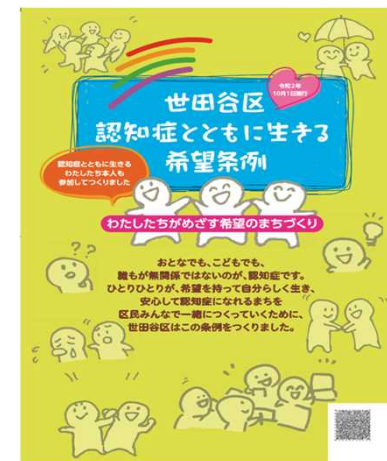
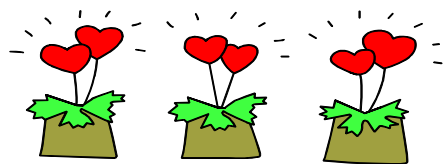
今日のお話



1. 認知症を取りまく状況

2. 世田谷区の認知症に関する取り組み

3. これからの認知症ケアについて



1. 世田谷区の概況について

(令和4年4月1日現在、外国人含む)

- 人口：917,145人
 - 65歳以上人口：186,486人
 - 高齢化率：20.33% (令和3年4月1日 20.18%)
 - 介護保険の要支援・要介護認定者数 41,267人
 - 介護保険の要支援・要介護認定者における認知症高齢者数 24,413人
- *実際の認知症の方の数はもっと多い。介護認定を受けていない方、および若年性認知症の方は含まれてない。
- 地域包括支援センター(あんしんすこやかセンター)数：28か所(委託)



資料：せたがや統計情報館ほか



世田谷区の特徴

- ・都心から近く、人口の流出入率の高い20代～30歳代の単身世帯が多い。
- ・若者のまち、高級住宅街、緑多い崖線エリア等地域によって個性がある。
マンションが多く、自治会の加入率が年々低下。
地域のつながりが希薄になってきている。

日本の平均寿命



男性

81.4歳



女性

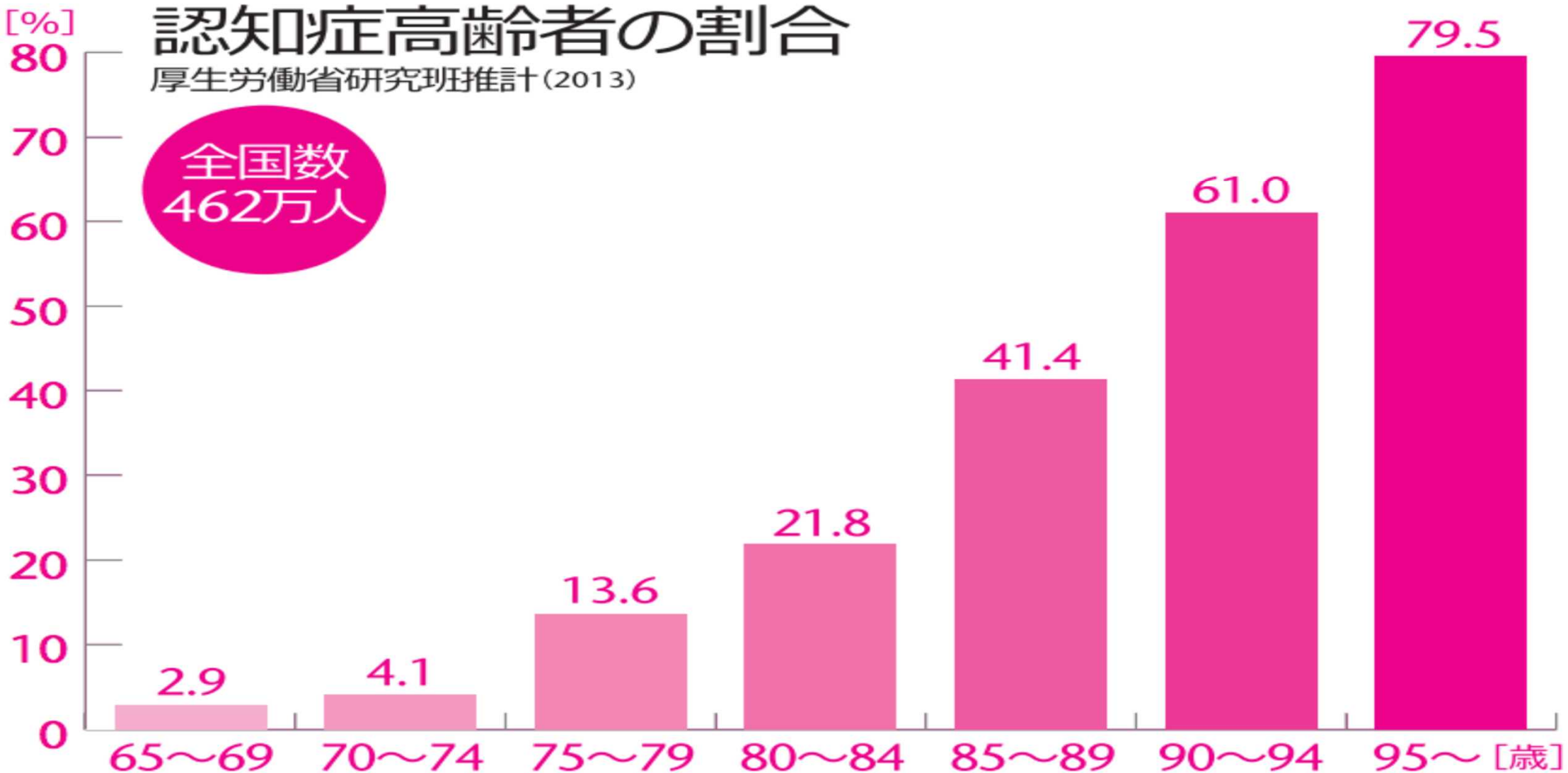
87.5歳

(2022年7月29日 厚生労働省発表)

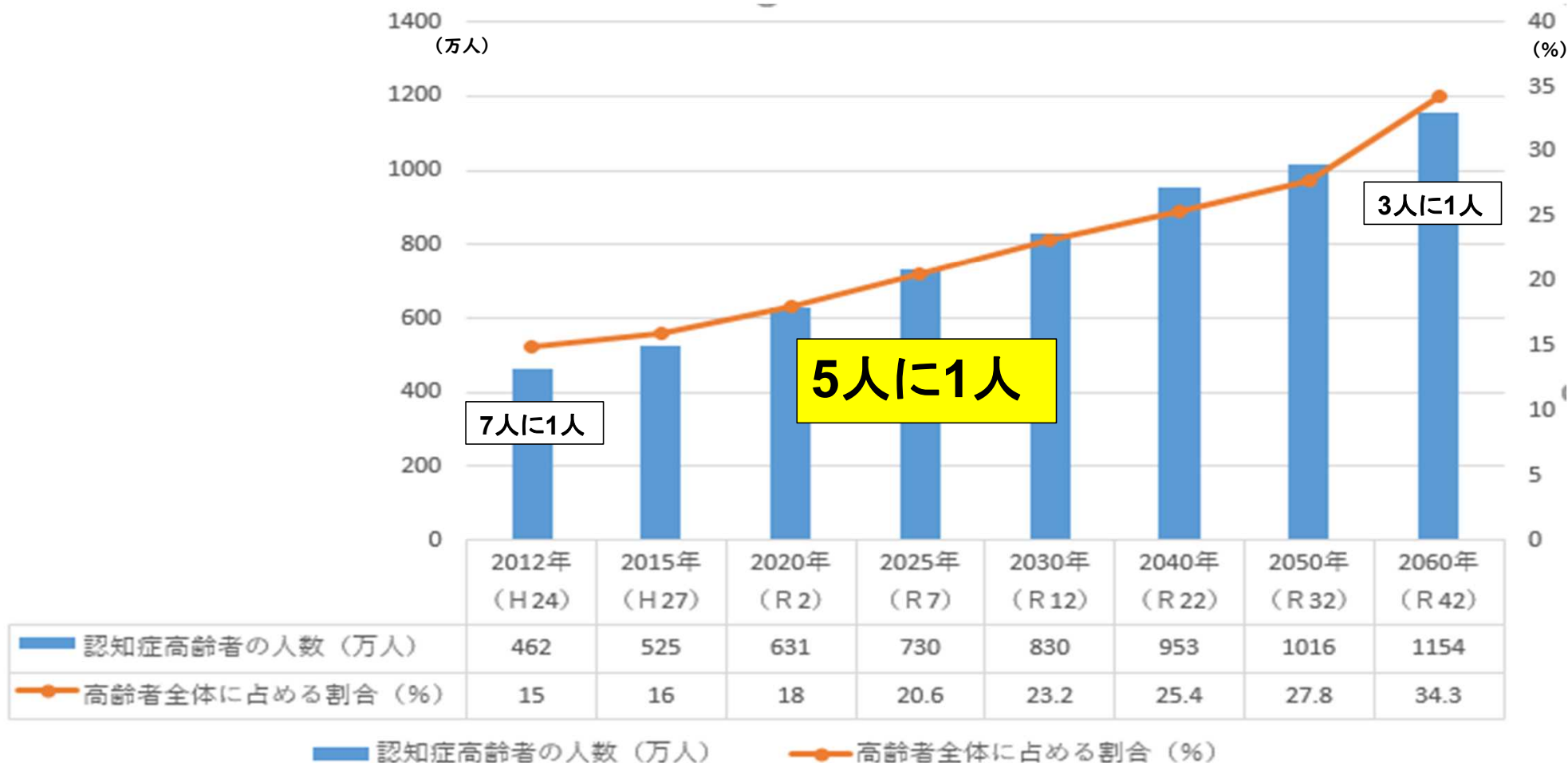
認知症高齢者の割合

厚生労働省研究班推計(2013)

全国数
462万人

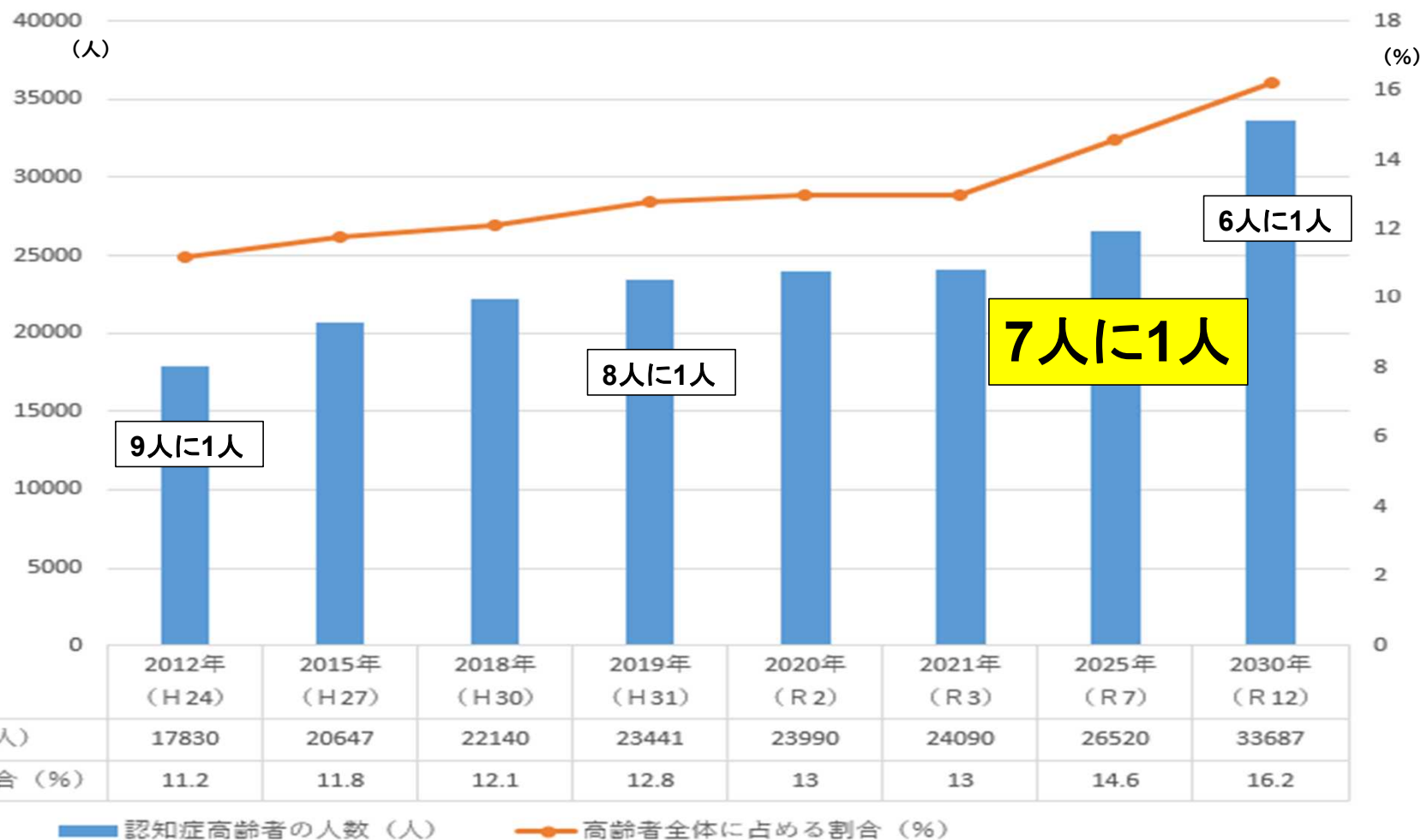


(国) 認知症高齢者の将来推計



「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」(平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業 九州大学 二宮教授)

(世田谷区) 認知症高齢者の将来推計



平成29年7月「世田谷区将来人口推計」より

「認知症」のイメージは？

何もわからなくなる

徘徊する、興奮する

ネガティブ

何も出来なくなる

周囲に迷惑かける

自分には関わりがない

人生、おしまいだ…

正しく知ること、イメージを変える

古い認知症のイメージ

何もわからなくなる

何も出来なくなる

徘徊する、興奮する

人生おしまいだ…

周囲に迷惑をかける

新しい認知症のイメージ

何もわからなくなるわけではない

何も出来なくなるわけではない

徘徊・興奮しない人も多い

その人なりの人生を送れる

周囲も健康な生活を保てる

ネガティブ

正しく認知症を知る

ポジティブ

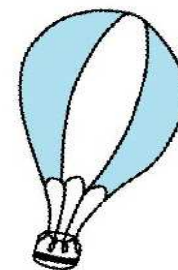
差別・偏見の解消

2.世田谷区の認知症に関する取り組み

世田谷区が目指す姿

誰もが住み慣れた地域で
安心して暮らし続けられる

「地域共生社会」



↓

「地域包括ケアシステムの推進」

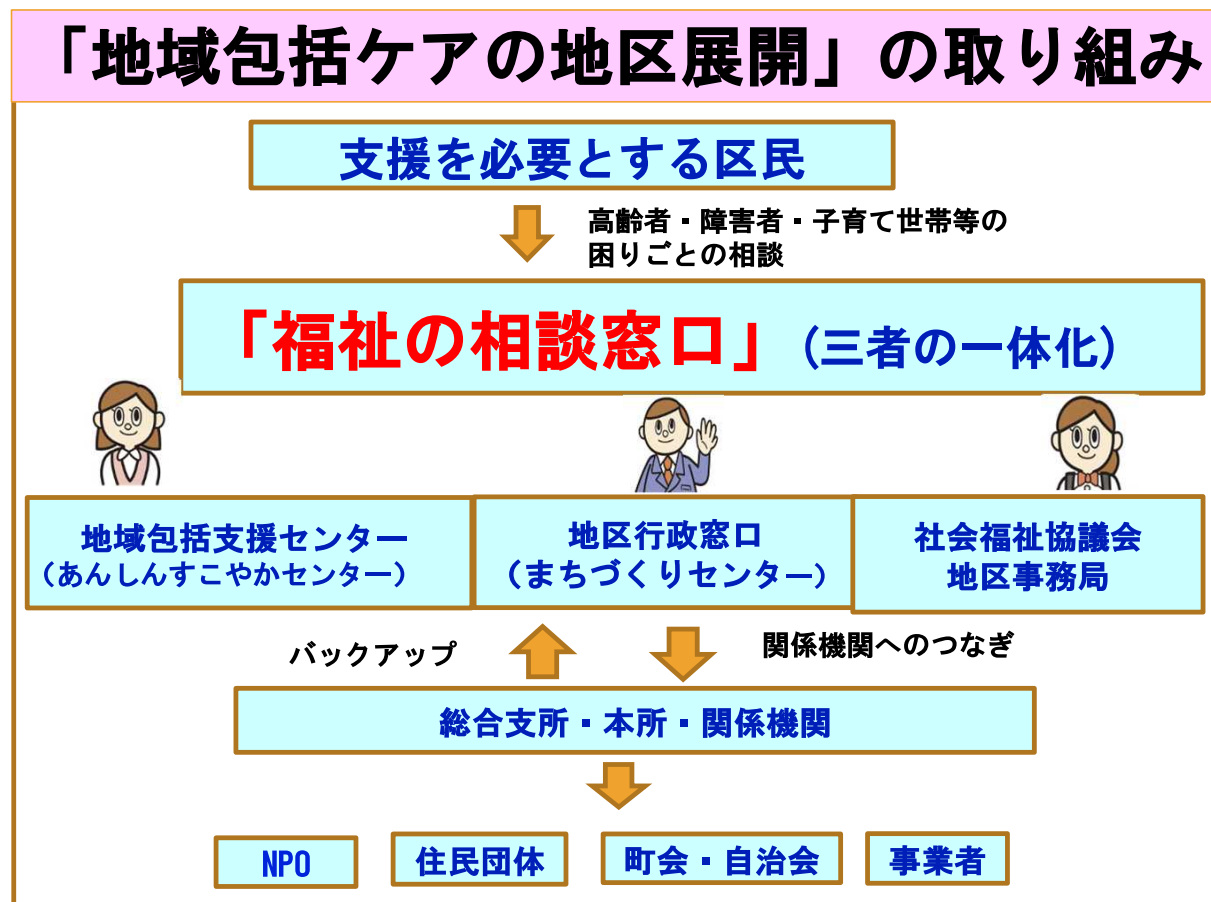
「地域包括ケアシステム」とは？

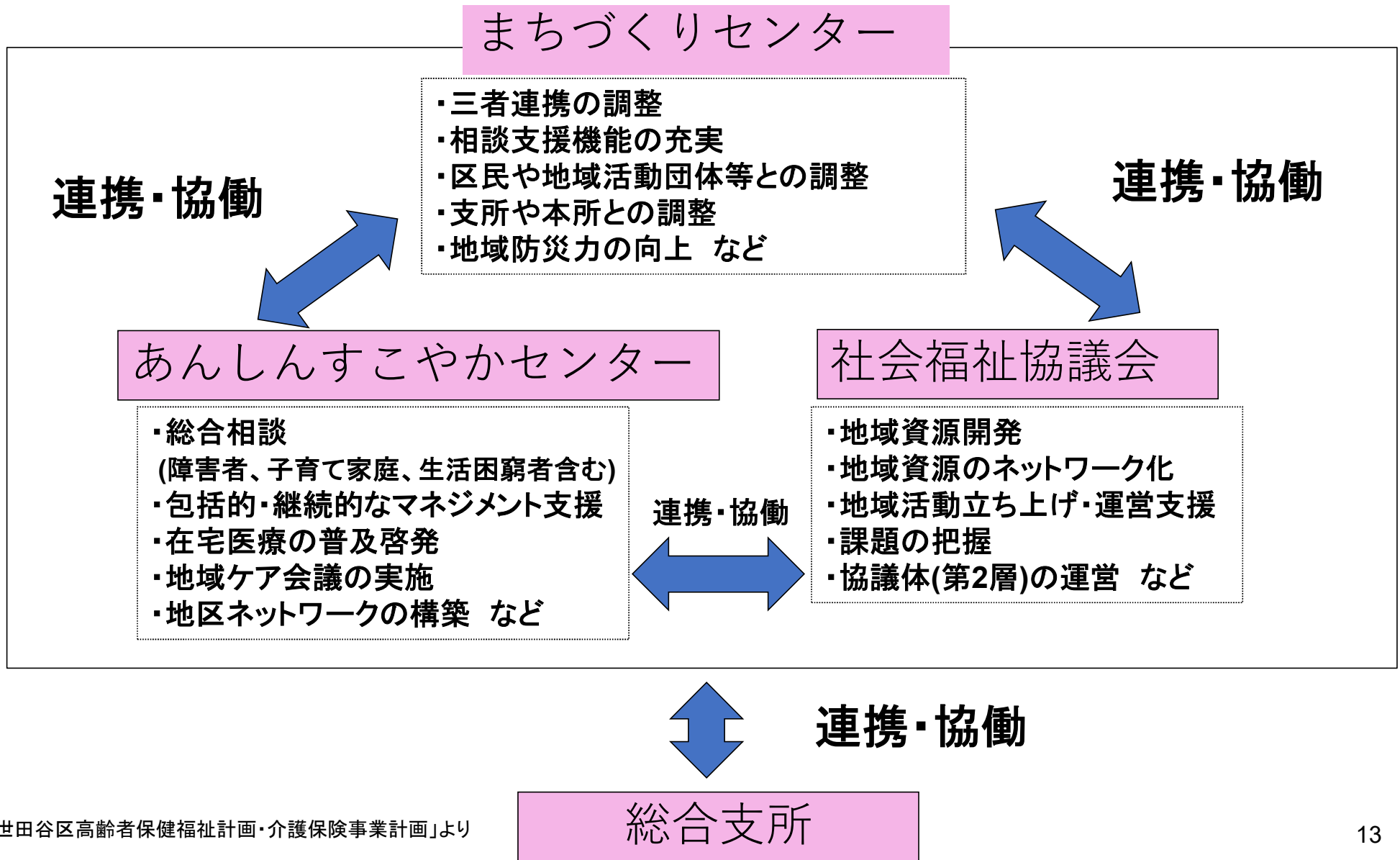
- 2025年に向けて国が推進する、地域の包括的な支援・サービス提供体制。
- 目的は、高齢者の尊厳の保持と、自立生活の支援。
- 公的サービスだけでなく、地域の力も活用。地域一体で支援する仕組み。
(地域とは、自宅から30分で駆け付けられる中学校区域)
- 5つの構成要素を、地域で一体的に提供。
①医療 ②介護 ③介護予防 ④生活支援 ⑤住まい

地域共生社会の実現に向けた 地域包括ケアシステムの取組み

■平成28年度より全国に先駆けて、
全日常生活圏域（地区）に
「福祉の相談窓口」を設置。

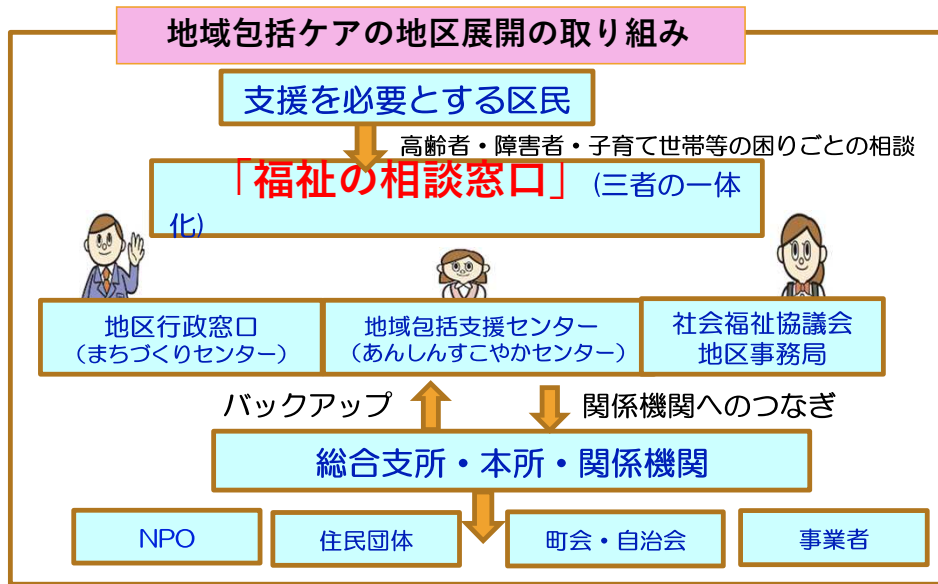
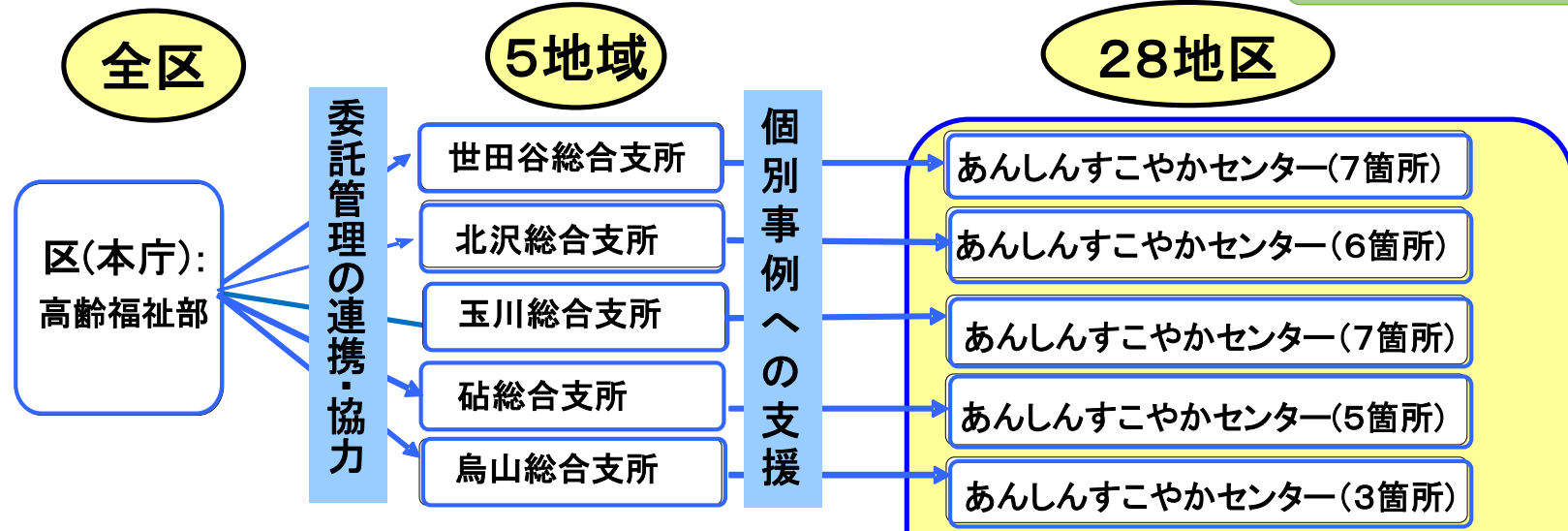
■対象者は、高齢者だけでなく、
障害者や、子育て家庭など、
支援が必要な区民。





もの忘れに関する身近な相談窓口

区での地域包括支援センター



平成21年度～

もの忘れ相談窓口

認知症専門相談員 (区独自)

平成28年度～

福祉の相談窓口

世田谷区の地域包括ケアシステムの仕組み

■「福祉の相談窓口」で三者が一体化

まちづくりセンター
あんしんすこやかセンター
社会福祉協議会

地域包括ケアの地区展開の取り組み

支援を必要とする区民

高齢者・障害者・子育て世帯等の困りごとの相談

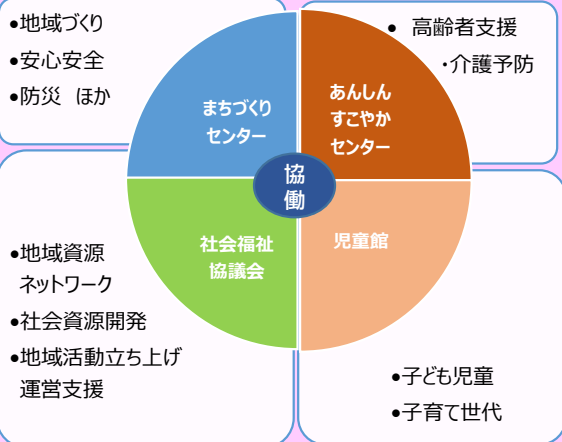
「福祉の相談窓口」(三者の一体化)

地域包括支援センター
(あんしんすこやかセンター)

地区行政窓口
(まちづくりセンター)

社会福祉協議会
地区事務局

四者で地域づくり(三者+児童館)



連携・協働

連携・協働

総合支所・本所・関係機関

地区の社会資源等

- ・地域の関係団体
- ・支援機関
- ・警察 消防
- ・学校
- ・民生児童委員
- ・商店街
- ・NPO 等

連携・協働

■令和4年4月より子どもや子育て世代も含めた地域づくりに向けて、福祉の相談窓口である三者に**児童館**を加えた「**四者連携**」による地域づくりが始まった。

世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

【設置目的】

認知症になっても安心して生活できる地域社会の実現に向けて、専門的かつ中核的な役割を果たす拠点として設置。



■開設:令和2年4月1日

■場所:世田谷区立保健医療福祉総合プラザ内

■スタッフ:医師、看護師、保健師、精神保健福祉士、作業療法士、薬剤師、栄養士など

【参考資料】

「世田谷区認知症在宅生活サポートセンター構想」(平成25年)

「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」第17条に規定。

世田谷区認知症在宅生活サポートセンターの機能

■5つの機能

- ①訪問サービスによる在宅生活のサポート機能 (初期集中支援チーム事業)
- ②家族支援のサポート機能 (家族会、心理相談、ストレスケア講座など)
- ③普及啓発・情報発信機能 (講演会、あんしんガイドブック配布、本人交流会など)
- ④技術支援・連携強化機能 (医師による専門相談、社会参加型プログラムなど)
- ⑤人材育成機能 (世田谷版認知症サポーターステップアップ・フォローアップ講座)



世田谷区民が、未来志向で取り組みを進めていく道標

世田谷区 認知症とともに 生きる希望条例 (令和2年10月施行)



「希望条例」という言葉には、

これまでの社会に残っていた認知症に対する差別・偏見をとり払い、

認知症の本人が尊厳をもって

地域で暮らすことができるようにという「思い」が込められています。

全国の認知症施策に関する条例 (令和4年7月1日現在)

愛知県大府市	<u>大府市認知症に対する不安のないまちづくり推進条例</u>	(平成30年4月1日施行)
神戸市	<u>神戸市認知症の人にやさしいまちづくり条例</u>	(平成30年4月1日施行)
愛知県設楽町	<u>設楽町認知症の人にやさしい地域づくり基本条例</u>	(平成30年9月25日施行)
愛知県	<u>愛知県認知症施策推進条例</u>	(平成30年12月21日施行)
和歌山県御坊市	<u>御坊市認知症の人とともに築く総活躍のまち条例</u>	(平成31年4月1日施行)
愛知県知多市	<u>知多市認知症施策推進条例</u>	(平
島根県浜田市	<u>浜田市認知症の人にやさしいまちづくり条例</u>	(令
名古屋市	<u>名古屋市認知症の人と家族が安心して暮らせるまちづくり条例</u>	(令
滋賀県草津市	<u>草津市認知症があっても安心なまちづくり条例</u>	(令和
愛知県東浦市	<u>東浦市認知症にやさしいまちづくり推進条例</u>	(令和2年
東京都世田谷区	<u>世田谷区認知症とともに生きる希望条例</u>	(令和2年10月1日施行)
大阪府河内長野市	<u>河内長野市認知症と共に生きるまちづくり条例</u>	(令和3年7月1日施行)
神奈川県大和市	<u>大和市認知症1万人時代条例</u>	(令和3年9月29日施行)
大分県臼杵市	<u>臼杵市みんなで取り組む認知症条例</u>	(令和3年9月30日施行)
群馬県渋川市	<u>渋川市認知症とともに生きる地域ふれあい条例</u>	(令和3年10月1日施行)
京都市京丹後市	<u>京丹後市認知症とともに生きるまちづくり条例</u>	(令和4年3月29日施行)
兵庫県明石市	<u>明石市認知症あんしんまちづくり条例</u>	(令和4年3月30日施行)
千葉県浦安市	<u>浦安市認知症とともに生きる基本条例</u>	(令和4年7月1日施行)

全国で11番目
(東日本で初)
(首都圏で初)

「希望条例」の基本理念

【第3条】

- 自分らしく生きる希望を持ち、どの場所で暮らしていてもその意思と権利が尊重され、自分のチカラを発揮しながら、安心して暮らし続けられることができる地域を作る。
- 区民、地域活動団体、関係機関および事業者が認知症に対し深い関心を持ち、自らのことと捉え、自主的かつ自発的な参加および協働により地域との関わりをもつことで、地域共生社会の実現を図る。

「希望条例」で大切にしている4つの視点

- ① いまままでの認知症の考え方を変える。
- ② みんながこの先の「そなえ」をする。
- ③ ひとりひとりが希望を大切にしたい、
ともに暮らすパートナーとして支えあう。
- ④ 認知症とともに今を生きる本人の希望と、
あたりまえに暮らせること（権利・人権）を
いちばん大切に。

認知症観の転換

「予防」よりも「そなえ」

「サポーター」から
「パートナー」へ

本人が参加・発信



誰もが暮らしやすい
地域と社会づくり

認知症の本人が参画した

「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」

(令和2年10月施行)

世田谷区を希望のまちにするために、
区とわたしたちができること

区がすべきこと

- 本人が声を発信したり社会参加できるよう、ちからを入れ、とりくみます。
- 認知症とともに生きることに区民がもっと理解できるよう、とりくみを進めていきます。
- 「私の希望ファイル」で認知症への「そなえ」を進めていきます。
- 希望をもって暮らしていくための話し合いや、活動の機会を地域のなかでふやしていきます。
- 認知症の可能性のある人に、世田谷区認知症在宅生活サポートセンターなどをつうじて、すばい対応と、応援をしています。
- 本人や家族を支える機会をふやしていきます。
- 地域のネットワークを、みんなで作ってつづいていきます。
- そのための計画をつくり、希望のまちづくりを着実に進めていきます。

いっしょに!



区民のわたしたちができること

- 認知症や、ともに生きることについての理解やつながりを深めるために、講座やシンポジウム、地域のつどいや認知症カフェなどに参加しましょう。
- 「私の希望ファイル」のとりくみに参加しましょう。
- 本人の声を聞き、自分でこれからできそうなことを考えてみましょう。
- 自分も本人の「パートナー」として、一緒に楽しい体験を重ねていきましょう。
- 認知症になっても、自分の体験や思い、希望を伝えつづけて、自分らしく暮らしていきましょう。

地域団体(町会・自治会、民生委員・児童委員、認知症カフェ、家族会)ができること

- 地域で本人と地域住民などが集い、話し合いながら楽しく暮らしやすい地域を一緒につくります。
- おたがいさまの支えあいと、見守りを行います。

医療や介護、生活支援の関係者ができること

- 本人が自宅、病院、施設など、どこで暮らしていても、ひとりひとりの希望と権利・人権を大切にします。
- 本人が必要なときに必要な支援をうけられるよう、関係者同士や地域とのつながりを深めます。
- 本人と家族が自分たちに合った支援を選べるように、必要な情報をわかりやすく伝えます。
- 「私の希望ファイル」を医療・介護の現場と区民に伝え、いかしていくことを応援します。

事業者(商店街や企業など)ができること

- 従業員が本人への、理解を深めるための学びや話し合いの機会をつくりましょう。
- 地域の人たちなどと協力しながら、本人に配慮した支えやサービスを育てていきます。

医療や介護、生活支援の関係者ができること

- 本人が自宅、病院、施設など、どこで暮らしていても、ひとりひとりの希望と権利・人権を大切にします。
- 本人が必要なときに必要な支援を受けられるよう、関係者同士や地域とのつながりを深めます。
- 本人と家族が自分たちに合った支援を選べるように、必要な情報をわかりやすく伝えます。
- 「私の希望ファイル」を医療・介護の現場と区民に伝え、いかしていくことを応援します。

～条例実現に向けて～

世田谷区認知症とともに生きる希望計画

(令和3年3月策定)

★「4つの重点テーマ」★

【4つのプロジェクト】

①認知症観の転換
【情報発信・共有プロジェクト】

②本人の発信・参加、
ともにつくる
【本人発信・参画プロジェクト】

認知症になってからも
安心して自分らしく
暮らせる

③みんなが「備える」
「私の希望ファイル」
【「私の希望ファイル」
プロジェクト】

④希望と人権を大切に、
暮らしやすい地域をともにつくる
【地域づくりプロジェクト】

アクション講座とは

(「世田谷版認知症サポーター養成講座」)

1. 認知症を自分ごととして

- ・暮らしを振り返りながら、前向きに考えていけるよう。
 - ・認知症になってからも、出会いとつながりで、地域の中で楽しく暮らしていけるイメージを広げられるよう。
- ※本人も受講し、前向きになれる内容に!

2. 認知症になっても、より良く生きていける可能性を

- ・病気そのものではなく、認知症が環境の影響を大きく受ける「状態」であることを伝え、より良く暮らせる可能性が広がっていることを、リアルに知ってもらう。

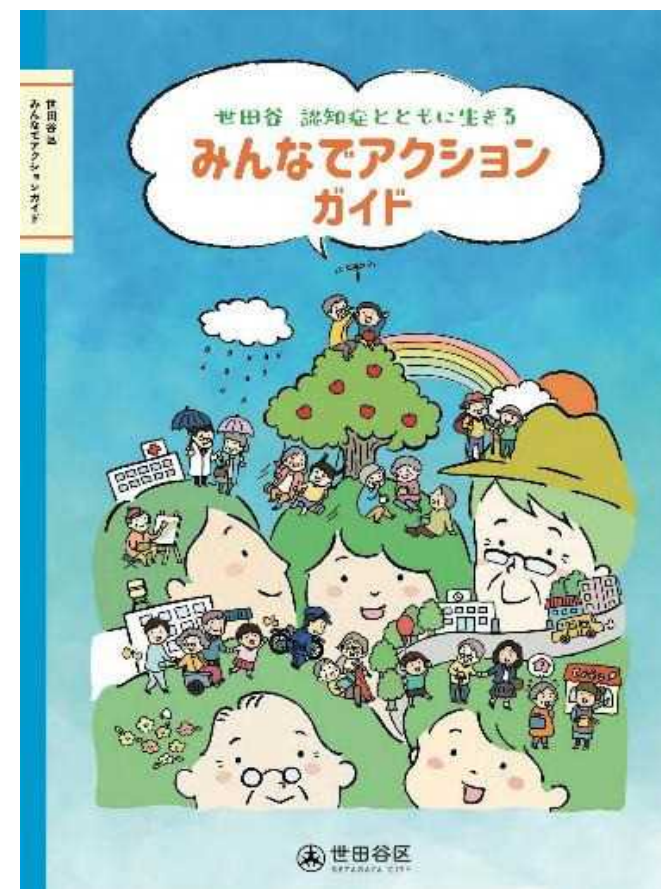
※「認知症=病気 症状⇒怖い なりたくない」という誤った理解をなくす。

3. 体験者から可能性、共生、そなえを学ぶ

- ・認知症体験者の声や事例をもとに、ともにより良く生きていける方法や、自分の望みを声にし合うことを通して「そなえ」を学ぶ。

※一人ひとりが考え、語りあい、学びあう。

※伝え手も、区民・生活者の一人として同じ場所・対等の関係で。



3. 世田谷区の認知症施策の全体像

希望条例

希望計画プロジェクト

★「4つの重点テーマ」★
【4つのプロジェクト】

①認知症観の転換
【情報発信・共有PJ】

②本人の 発信・参加ともにつくる
【本人発信・参画PJ】

認知症になってからも
安心して自分らしく暮らせる

③みんなが『備える』
「私の希望ファイル」
【「私の希望ファイル」PJ】

④希望と人権を大切に、
暮らしやすい地域をともにつくる
【地域づくりPJ】

運動

共生

共生と備え（予防）は両輪
【R1～認知症施策推進大綱】

備え
（予防）

ここでいう「予防」とは、
「認知症にならない」という意味ではなく、
「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味。

■認知症本人家族支援・人材育成（認サポ事業）

認知症初期集中支援チーム事業
医師による認知症専門相談事業
もの忘れチェック相談会（地区型・啓発型）
認知症カフェ交流会
介護者の会・家族会交流会
家族介護者のストレスケア講座 他

■備え（予防）

MCI啓発（R2～提案型協働事業として実施）

■セーフティネットワーク

（高齢者安全安心・防犯とも連動）

認知症等高齢者に配慮した環境づくり
スローレジなどバリアフリーのまちづくり



世田谷区の認知症関連事業（抜粋）

認知症当事者が対象

- 認知症初期集中支援チーム
- 啓発型もの忘れチェック講演会
（サポート医の講演会と、条例の啓発、あんすこ相談会）
- 地区型もの忘れチェック相談会
（各あんすこで年1回開催の医師による個別相談会）
- 医師による認知症専門相談事業
（認知症専門医による単発アウトリーチ型相談）
- 本人交流会…など

- 本人発信・参画
 - ・ 講演会やアクション講座での講師
 - ・ 本人出席メッセージ動画作成への協力
 - ・ 区の様々な会議に委員として出席
 - ・ 地区アクションへの参加…など

介護家族が対象

- ストレスケア講座
- 家族のための心が楽になる心理相談
（臨床心理士による個別相談）
- 区主催・認知症高齢者の家族会
- 介護者の会・家族会…など

全区民が対象

- アクション講座（世田谷版認知症サポーター養成講座）
- 認知症カフェ ■ 認知症カフェハンドブック
- 認知症講演会 ■ 若年性認知症講演会
- うつ予防講演会 ■ にんさぼだより
- 認知症在宅生活サポートセンターHP開設…など

認知症あんしんガイドブック（認知症ケアパス）



- ・主な症状について P.3
- ・加齢による「もの忘れ」と、
認知症の「もの忘れ」との違い P.4
- ・認知症に早く気づくことが大事なわけ P.5
- ・認知症の程度に合わせたサービス（支援）
利用の早わかり表 P.12～P.13
- ・自分でできる認知症の気づきチェックリスト
P.22～P.23
- ・各種相談先
 - ①あんしんすこやかセンター P.6、P.24
 - ②専門医や医療機関など P.7～P.10

お近くのあんしんすこやかセンターや支所・保健福祉課で
お渡していただけます。お問い合わせください。

「インフォーマルな取り組み」が掲載されています。

★その人のこれまでの暮らしや、興味・関心に沿って、日々の生活が続けること自体が、張り合いや楽しみ、健康づくりにつながるように・・・インフォーマルな取り組みも盛り込みながら。

世田谷区
介護者の会・家族会 一覧

ご家族の方なら
どなたでも
参加できます。

- 介護をしている方!
- これから介護をする方!
- 介護経験者の方!

介護をしている方が
情報交換をしたり、
悩みや不安を話したり
することができる場です。

いろいろな
つながりを作って
いきましょう!

ご参加
ください

ごんご
場所

世田谷区
令和4年12月



世田谷区 認知症カフェ
ハンドブック

どなたでも
参加できます。

- 認知症の方も!
- そのご家族も!
- 地域の方も!
- 大人も子どもも!

専門職へ気軽に
相談できます。

- 医療のこと
- 保健のこと
- 福祉のこと

カフェ
には

カフェ
では

世田谷区
令和5年3月



いっほ、外へ シニア
お出かけスポット

ふらっと お出かけ!!

スマートフォンやパソコンをお持ちの方は裏面もご覧ください。

令和4年度 世田谷区



後期高齢者医療証への同封スタート(令和5年4月) 「認知症の気づきチェックリスト」

75歳になられた皆様へ

日常生活やもの忘れについて 自己チェックしてみませんか？



加齢に伴い活動量が低下したり、人との交流の機会が減ると、からだやこころの機能が徐々に低下していきます。
このような健康と要介護の間の状態をフレイル(虚弱)といいます。
フレイル予防を心がけ、フレイルの状態を改善することが大切です。

また、もの忘れが気になってきた場合には、認知症だけでなく、その他様々な病気が潜んでいることもあり、早期診断・早期対応が重要です。

ぜひ、次ページ以降の基本チェックリスト(2ページ)や認知症の気づきチェックリスト(3ページ)で、一度ご自身の心身の状態や、もの忘れについてチェックしてみましょう。
なお、あんしんすこやかセンター(4ページ)にて、介護予防に関する相談や、もの忘れに関する相談、介護予防手帳の配付、介護予防教室・地域の活動のご紹介等を行っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

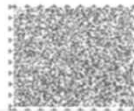
※本リーフレットの内容についてのお問合せは、下記までお願いいたします。

【お問合せ先】

世田谷区高齢福祉部 介護予防・地域支援課

電話 03(5432)2953

FAX 03(5432)3085



自分でできる認知症の気づきチェックリスト

最もあてはまるところに○をつけてください。 ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

① 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
② 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
③ 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
④ 今日が何月何日かわからないときがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
⑤ 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
⑥ 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑦ 一人で買い物に行けますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑧ バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑨ 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑩ 電話番号を調べて、電話をかけることができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算 ⇒ 合計 点

20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。お近くの医療機関やあんしんすこやかセンター(4ページ)に相談してみましょう。

- ※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。
- ※認知症の診断には医療機関での受診が必要です。
- ※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。
- ※出典：東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課「知って安心認知症」(令和3年11月発行)
- ※チェックリストの転載はご遠慮ください。

3. これからの認知症ケアについて

p.3 上

ステップ
1-1

認知症の特徴ってなに？

「自分ごと」として、
生活や地域の大切さを知ろう。

知ろう



認知症とは？

→詳しくは、P.23～24

「暮らしの障害」

脳の病気やさまざまな原因によって脳の働きが低下し、日常生活や社会生活を送るうえで支障がでてくる状態(暮らしの障害)です。

認知症の特徴は？



- ① 完全な予防策はなく、誰にでも起こりえます。
- ② 少しずつ始まり、長い経過をたどります。
- ③ 支障が増えていくけれど、自分はいつまでも自分。
- ④ できないこともあるけれど、できることもたくさんあります。
- ⑤ 環境で状態が大きく左右されます。

ステップ
1-3

認知症の新しいイメージを
古いイメージからチェンジできると、
お互いの可能性が広がる。

知ろう



古いイメージ

- 1 他人ごと。自分に関わりない。目をそらす。
- 2 本人はわからない。できない。何も話せない。本人の声を聴かない。
- 3 おかしな言動で周囲が困る。医療がなんとかしてくれる。
- 4 本人が決めるのは無理。まわりが決めてあげるのが当然。
- 5 地域で暮らすのは無理。恥ずかしい、隠す、遠ざける。
- 6 支援してあげる。本人は支援される一方。
- 7 暗い、萎縮、あきらめ、絶望的。

悪循環におちいり、
おたがいが暮らしにくい

新しいイメージ



ニュー
カルチャー

- 1 自分ごと。自分にも関わりある。そなえる。
- 2 本人なりにわかる。できることがある。配慮があれば話せる。声を出せる。本人の声を聴く。
- 3 言動のワケがある。いちばん困っているのは本人。医療まかせにせず、みんなで一緒に暮らしを楽しむ。
- 4 本人が人生の主人公。本人なりの思いがある。自分で決められる。
- 5 地域で暮らし続けられる。自分は自分。堂々とオープンにして地域とともに。
- 6 本人が自分の力を活かして活躍する、支え合う。
- 7 楽しく、のびのび。あきらめず、希望を。

良循環が生まれ、
おたがいが暮らしやすい

POINT!

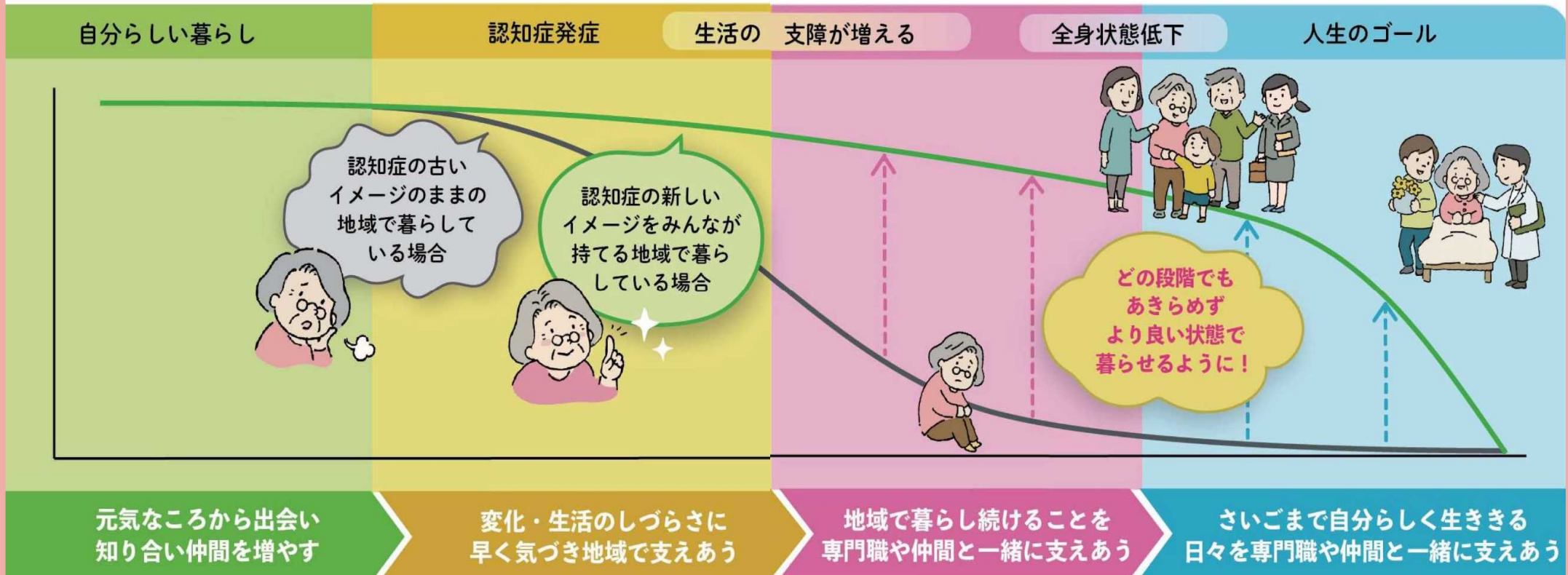


暮らしていく経過 (人生の旅)

p.9-10 上

- 自分らしく生きてきた途上で、認知症が始まります。人生のゴールまで、長い旅路をたどります (20年以上の経過をたどる場合も少なくありません)。

- 認知症についての新しいイメージを、暮らしている地域で多くの人が持っているかどうかで、認知症になってからの経過 (人生の旅路) が大きく変わってきます。
- 認知症になってからも、よい経過をたどれるようになるには、区内で暮らし、働く、さまざまな立場や世代の人たち、そして区内にいるさまざまな専門職のチカラが必要です。地域で出会い、つながり、語りあいながら、新しいイメージをいっしょに積み上げていきましょう。





暮らしていく経過（人生の旅）

元気なころから出会い
知り合い仲間を増やす

変化・生活のしづらさに
早く気づき地域で支えあう

地域で暮らし続けることを
専門職や仲間と一緒に支えあう

さいごまで自分らしく生ききる
日々を専門職や仲間と一緒に支えあう

認知症の新しいイメージを共有

家族、親せき、職場、友人
地域の人々、子どもたち、商店
町内会、民生委員、ボランティア
企業、交通機関、金融機関等



大切な地域生活の仲間（パートナー）として、
一緒に、楽しく、つながり続ける

認知症カフェ、本人交流会、家族会
各地区のアクションチーム（P.18 下段参照）等



出会い、つながり、語りあい、一緒に活動する場や機会



行政・福祉の相談窓口
（あんしんすこやかセンター）



医療機関・関係者



介護事業所・関係者



権利擁護関係者
（成年後見センター等）



その人のニーズを汲み取る大事な手がかり

行動心理症状



これまでの対応

- 目に見える「行動」が介入の標的
- 抑えるための居所移動、抗精神病薬

本人のニーズ



これからのあるべき対応

- 行動背景にある苦痛の緩和を目指す
- 苦痛：実存的、身体的、精神的
- 苦痛が緩和されれば、結果として行動心理症状は減少、消退する

欧州緩和ケア学会・認知症緩和ケア提言(2013) 35

認知症の人が希望する生活

- ・まわりの人と関わり続けたい
- ・仕事やボランティアを続けたい
- ・自分のしたいことを続けたい
- ・元気で長生きしたい
- ・今のままで良い
- ・穏やかに暮らしたい
- ・治療薬ができれば良い
- ・まわりの人と仲良く暮らしたい
- ・まわりに迷惑をかけたくない
- ・家族がいなくなるかもしれないと心配
- ・家族と一緒に暮らし続けたい
- ・できる限り自宅で暮らしたい
- ・今の状態や生活を維持していきたい



認知症初期の暮らしと必要な支援(2017年3月)
公益社団法人認知症の人と家族の会・

自分だけで考えこまずに誰かと
ちょっと話してみましょう。

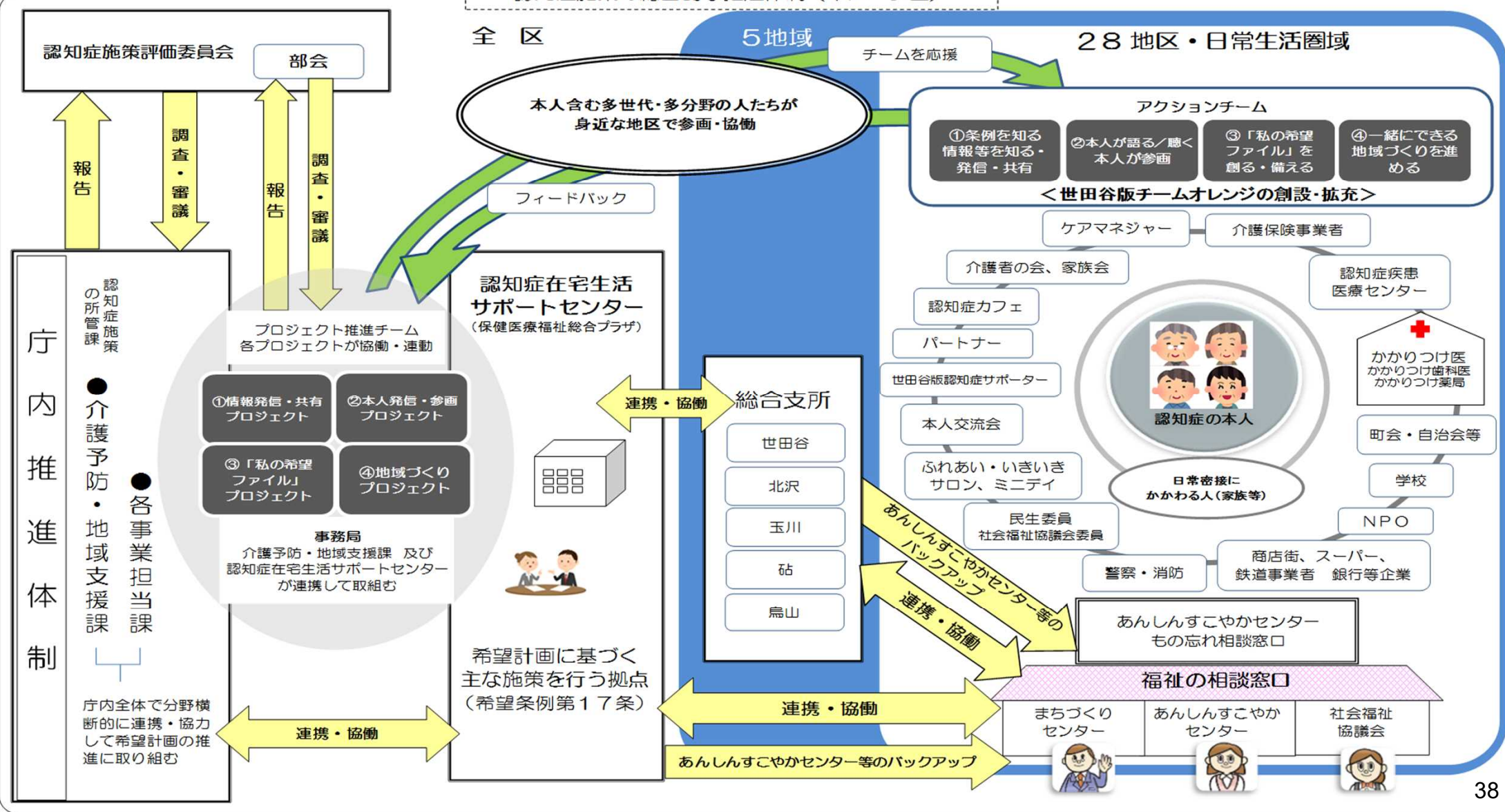
古いイメージに引きずられがちですが・・・あなたから、新しいイメージを伝え、前向きに話しあえる仲間を増やしていきましょう。

「これからも、こんな風に暮らしたいな～」「こうだといいな～」
自分の望みを、できるだけ具体的に考えてみましょう。
いま、書いておくことがのちのち、とても役立ちます。
自分の望みを考え、誰かに伝えてみるのが、
これからの「そなえ」として大切な一歩です。

2

自分が、これからも大切にしたい暮らし方は・・・
(続けたいこと、やりたいこと：私の望み)

認知症施策の総合的な推進体制（イメージ図）



～令和4年度 地域づくりプロジェクト～

地区のアクション報告

※一部抜粋



地区の取組み状況

※一部抜粋

令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(1) 池尻地区



- 認知症があっても、なくても、人と人、人と地域をつなげるアクションチーム「人認会(にんにん会)」。
認知症の本人と一緒にガーランド(ハンカチ屋さん提供の布で作った装飾)を作成。商店街の協力もありイベントでお披露目。
- 住民の「つながりの場があると良いね」の声から、話し合いを重ね、「まちなか作品展」を開催。108点!も作品応募あり。
会場では作品を見ながら初対面でも会話が生まれ、和やかで楽しい作品展に。

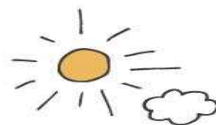
(2) 太子堂地区



- 毎週水曜日に実施している「青空ラジオ体操」のメンバーでアクションチームを始動。
- 「地域で何かしたい!」という思いのある人が集まってアクションミーティングを開始。
- 認知症カフェ「さんこみゆ」でのアクション講座に若年性認知症の本人が参加。
- オレンジの日(拡大版青空カフェ)を開催。



地区の取組み状況 ※一部抜粋



令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(3) 経堂地区



絵本読み聞かせの会
～認知症の私から、あなたたちへ～
読み聞かせ: 認知症体験者/藤原郁子氏

参加費無料
先着50名様
(事前予約制)

[日時] ▶▶▶ 2023年3月6日(月)
15:30～16:30 (開場15時)
[会場] ▶▶▶ 桜丘区民センター集客室兼体育室
(世田谷区桜丘5-14-1)

第一部 絵本の紹介、読み聞かせの大切さなどのお話
第二部 絵本の読み聞かせ『赤ちゃんキューちゃん』他
第三部 対談「認知症を体験して」
聞き手: 赤野真美子氏 (世田谷区認知症在宅生活サポートセンター) 藤原郁子氏

≪申し込み・問い合わせ≫
(申し込みは2月28日(火)までに、お電話又はFAXにてお願いいたします)
桜丘図書館 ☎03-3439-0741 FAX 03-3439-2923
桜丘児童館 ☎03-3439-0641 FAX 03-3439-5624

申込書 (FAX)
お名前・連絡先・参加人数をご記入の上、この用紙をそのままFAXしてください。
お名前 (代表の方) _____
ご連絡先 _____
参加人数 大人 名 子供 (年齢) 名

主催: 世田谷区立図書館
協力: 経堂地区認知症アクションチーム、経堂まちづくりのセンター、経堂あんさんずやかセンター、
社会福祉協議会経堂地区事務所、桜丘児童館

- 総勢60名で条例懇話会を開催し、区民(認知症カフェ運営者の呼びかけでアクションチームを設立。
- 認知症の本人による、絵本の読み聞かせ会、桜丘中学校2年生を対象としたアクション講座、児童館の子ども達とのボッチャ大会を実施。
- 来年度から認知症の本人と行うオレンジテニスを企画中。
- まちセンで「認知症」をテーマに健康教室を実施。

(4) 松沢地区

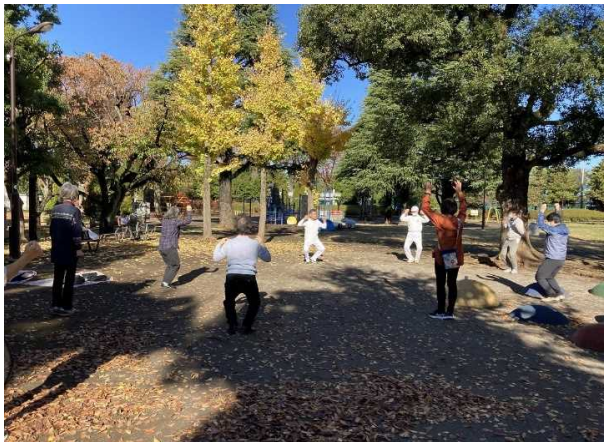


- 青少年地区委員からの依頼で、緑ヶ丘中学校、松沢中学校の老人ホームボランティアを対象にアクション講座を実施。認知症の本人も、インタビューやグループワークに参加。
- 日本大学文理学部社会福祉学科の学生向けに、アクション講座を実施。認知症の本人が登壇し、家族への変わらぬ愛を語る姿に涙する学生も。
- 四者連携会議で認知症の取組みについて随時情報共有。

地区の取組み状況 ※一部抜粋

令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(5) 上野毛地区



- 三者連携事業として、玉川野毛町公園でラジオ体操会を開催。毎週木曜9時に顔を合わせ、顔なじみができたり、誘い合うなど交流の場にもなっています。
- 買い物や犬の散歩などを通して、やさしく見守りあうまちをつくる「かみのげ やさしくみまもり隊」を結成。オレンジ色のバンダナや、自転車にプレートをつけて「ながら見守り活動」に取り組んでいます。



(6) 二子玉川地区





**令和5年
スケジュール**

開催日：
1月18日(水)

時間：15:00～16:30

場所：ほっとカフェ 二子玉川3号
Cafe 二子玉川3号
5階 2-27-5 2階

参加費：ワンリソク注文
専用メニュー 記載
申し込み：不要

お問い合わせ：
●二子玉川あしんすてやセンター
TEL: 03-5797-5516
●ほっとカフェ
●SOMPO ライフ株式会社
TEL: 090-7770-0664

担当：渡辺
●世田谷区 二子玉川
TEL: 03-5797-0230
担当：野田

主催：SOMPO ライフ株式会社
二子玉川あしんすてやセンター

ほっとカフェ 2号店
(認知症カフェ)
●ほっとカフェ 二子玉川3号 Cafe 二子玉川
～認知症の方やそのご家族、地域の方が
「ほっとできる場所」～

「ほっとカフェ」は、認知症の方やご家族、認知症本意の
ある方など、どなたでも参加できる集いの場です。

- ・もの忘れがあっても、一緒に食事をしながら、話し合ったり楽しん
だりすることができます。
- ・同じ立場にあるお同士、悩みごとの共有や、情報交換をするこ
とができます。
- ・みんなで一緒に認知症について語り合ったりすることができます。
- ・医療や福祉の専門家から、もの忘れや生活、介護についての情
報やアドバイスを相談することができます。

※ワンリソク開催中！
「認知症になっても安心して、自分らしく暮らせるまち」を作るために
一緒に考えたり、活動しましょう。まだ自分？
どなたでも参加できます。ご参加お待ちしております。

- 「認知症」をテーマに地区版地域ケア会議を実施。
- RUN伴プラス(玉川コース)で商店街等、地域を挙げて参加。
- 認知症本人の声から認知症カフェを再開(ほっとカフェ1号店。
会場はデイサービス施設「タカシマヤユアテラス」。)
- その後、思いがけない人と人のつながりから、ほっとカフェ2号
店がオープン。力強い地域のパワーが追い風になっています。

地区の取組み状況

※一部抜粋



令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(7) 深沢地区



一緒にお茶を飲みながら
楽しい時間を過ごしませんか?

オレンジカフェ
聴かせて

お茶を飲むだけで
お話しが楽しい！
申し込み不要！
お気軽に参加してください！

開催日
2023年12月1日(木)
2023年1月12日(木)
2023年2月2日(木)
2023年3月2日(木)

【時間】10時～11時30分
【会場】深沢園地共生住宅
1号棟2階 認知センター
(深沢4-17-1)
【参加費】200円

【お問い合わせ】
深沢あんしんすこやかセンター
電話: 03-5779-6670 Fax: 03-3418-5271
〒158-8501 東京都世田谷区深沢4-17-1 (深沢4-17-1)

- 安心して暮らせるまちづくりを目指して、声かけ模擬訓練を商店街の「見守りステッカー」発見ツアーと合わせて実施。
- 社協・あんすこ通信で「希望条例」特集記事を掲載。
- 社協の困りごと解決プロジェクト認知症グループ：サロン「かめ」でアクション講座を開催。
- 深沢シルバーピア団らん室を活用し、認知症カフェ「聴かせて」をオープン。

(8) 祖師谷地区



- 85歳を過ぎてから絵画の趣味を持ち、イキイキ暮らす認知症の本人の絵画展開催に向けて、民生委員や関係者と四者連携で準備中。
“高齢になっても認知症になっても生きがいを持って楽しく暮らせる”と、見た人に感じてもらえる絵画展をめざしています。

地区の取組み状況

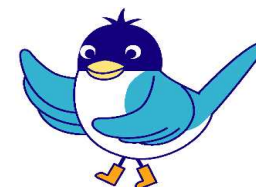
※一部抜粋

令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(9) 喜多見地区



- コミュニティカフェ「うなかふえ」は、認知症のある・なしに関わらず、時には、近隣のグループホーム入居者も参加するなど孤立せず集う、あたたかな居場所となっています。



(10) 砧地区



- 家族会・地域住民・関係者が、認知症の本人の意見も聞きながら、タリーズの協力のもと、認知症カフェ「キヌタdeカフェ」を立ち上げ。
- カフェビシュロンでも「語りあう会」を開催。
- カフェ参加の認知症本人の声から、目黒星美学園中学生と歌の交流「Xmasイベント音楽を楽しむつどい」を実施。

地区の取組み状況 ※一部抜粋

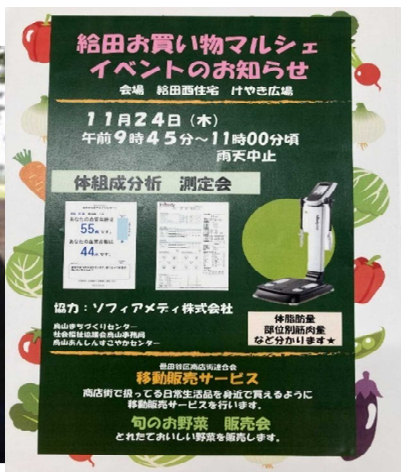
令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(11) 上北沢地区

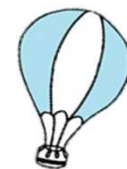


- 上北沢地区アクションチームを発足。
希望条例の理解促進策として、条例パンフレットを町会・自治会、サロン、ミニデイ、商店や金融機関へ700部配布。区のおしらせ(7月25日号)一面で、希望条例に関する取組みを掲載。
- サロン、事業者、小学校など11回アクション講座を実施(共同開催含む)。四者連携で、松沢病院、地域共生の家などとも連携し、チームの拠点づくりを始めている。

(12) 烏山地区



- 地域住民の「近所にスーパーがなく買い物に困っている」の声をきっかけに、民生委員等による「給田お買い物マルシェ」を定期開催。
- マルシェ3周年イベントでは、移動販売のほか、ベジタブルチェックコーナー、栄養相談等も開催。
- 存明寺でアクション講座を開催。



地区の取組み状況

※一部抜粋

令和5年3月15日
令和4年度第3回世田谷区認知症施策評価委員会 資料

(13) 若林地区

- オレンジハート(チームオレンジ)が開催する「オレンジカフェせたOHA」を有志が見学。
地区の居場所づくりに向けて、民生委員やオレンジハート等と「認知症カフェ立ち上げミーティング」を重ねて三者連携で準備中を進めています。

(14) 新代田地区

- まちづくりセンター所長が仲介して、代田小学校でアクション講座実施がスタート。
認知症の本人も登壇し、終了後も児童が認知症の方とともにできることを考え、オンラインで昔遊びやクイズなどを通して交流あり。
その後も2年続けて、アクション講座を実施。

(15) 北沢地区

- 認知症カフェ「虹からカフェ」を、あんすこで立ち上げ、三者連携会議で進捗を共有。
より地域に開かれた場所での開催をめざし、まちづくりセンター所長が会場調整。今後、三者連携事業としてスターボックスに会場を移転した取組みに向け準備中。

(16) 松原地区

- 社会福祉協議会のふれあいいいきサロン「サロンドオハナ」と、「サロンドモナミ」の参加者である認知症の本人の、日々の暮らしから感じる声を丁寧に聞きながら、今後の地域づくりを思案しています。



知ろう

ステップ
1-2認知症とともに
生きていく日々は

「認知症体験者に聴こう、声から学ぼう」

体験者は、まだ認知症になっていない人たちに、「認知症になってから、どんなことが起きるか」、「よりよく暮らすためには何が必要か」を具体的に教えてくれる大切な先輩です。まずは、一人ひとりの声に、耳を澄ましてみましょう。

令和3年11月6日 「希望条例」施行1周年イベント

「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」施行1周年記念イベント

認知症体験者と語り合おう!!

ともに生きる 今と未来

～いっしょにつくる希望のまち世田谷～

条例施行から1周年。認知症のご本人たちと一緒に、世田谷の未来を語り合います。

令和3年 **11月6日(土)** 参加費 **無料**
午後2時～午後4時(午後1時30分開場)

場所 **日本大学文理学部 本館地下1F
センターホール** (世田谷区桜上水3-25-40)

定員 **先着250名** 要予約 ※手話通訳・要約筆記あり

申込み **11月3日(水・祝)までに電話またはFAXで
せたがやコールへご連絡ください。**

03-5432-3333
03-5432-3100
(受付時間 午前8時～午後9時/年中無休)
「電子申請」も可能です。
(詳細は世田谷区ホームページをご覧ください)

基調講演 & コーディネーター
丹野智文さん

パネリスト
長谷部泰司さん
澤田佐紀子さん
保坂展人区長 貫田直義さん
プロジェクト推進チーム世話人(詳細は裏面)

音声コード

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご参加の際は、マスクの着用をお願いいたします。なお、新型コロナウイルス感染症の影響により、定員削減等、開催方法を変更する場合があります。

主催・お問合せ 世田谷区高齢福祉部企画課 地域支援課 TEL:03-5432-2954 FAX:03-5432-3085 ④世田谷区

プログラム

- ①丹野 智文さん(希望大使)の基調講演
- ②丹野さんがコーディネーター役で
区内在住の認知症ご本人とのパネルディスカッション、
- ③認知症施策評価委員による「希望計画」、
4つの推進プロジェクトの紹介など。

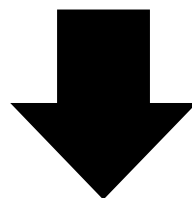
世田谷区ホームページで、イベント当日の様子を動画でご覧いただけます。



希望条例がめざすもの



「一人ひとりの希望および権利が尊重され、
ともに安心して自分らしく暮らせるまち、せたがや」



認知症になっても安心して暮らせるまちは、
子どもも高齢者も、障害がある人も、子育てする人も
みんなが暮らしやすい「優しいまち」です。



これからの認知症ケアの在り方

- ◆本人の声をしっかり聴く
- ◆意志決定支援
- ◆能力(強み)をアセスメントし活かす時代へ
- ◆ニーズに対するアセスメントでは不十分

- ・その人の潜在・残存能力が最大限引き出される環境作りを支援する
- ・その人の活躍の場、活躍の機会を最大化

インフォーマルな地域の支援を意識してケアプランに!



ぜひ認知症のご本人と、「本人交流会」や「認知症カフェ」、
各地区の楽しいアクションなど…

インフォーマルな活動と一緒に参加してみてください!
お一人での見学もお待ちしています♪