

認知症になっても安心して暮らせる社会を

月刊 POLE-POLE (スワヒリ語)

# ぼ～れぼ～れ

ゆっくり やさしく おだやかに



「ぼ～れぼ～れ群馬県支部版」

わたぼうし

No.485

## 認知症の人と家族の会

## 理念

認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穩に続けられなければならない。認知症の人と家族の会は、ともに励ましあい助け合って、人として実りある人生を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を希求する。

### 巻頭言

平穏な日々の訪れを心から祈ります

新しい年が明けました。

ロシアのウクライナ侵攻やイスラエルのガザ侵攻が続く中、今年こそ平穏な日々を、との願いは、海外からではなく、なんと、国内での激しい地震で、あつという間に吹き飛ばされてしまいました。

目の前のご家族を救うことのできなかったご家族の姿に言葉を失う一方で、「何とかしてあげる方法があったのではないか」、という思いが沸きあがるのを抑えることもできませんでした。

日頃からできる限りの訓練と備えをし、事ある時には国を挙げて復旧に当たる体制の構築を望んでやみません。翻って、この期に及んでも自己保身に汲々とする政治家の姿のなんと醜いことでしょうか。

私は、このような事態が起こるたびに、自衛隊を改組した「災害復旧省」の復旧隊が活躍し、復旧が急速に進む姿を夢想します。一日も早い復旧、平穏な日々が訪れることを心から祈ります。



### 目次

- ・巻頭言 平穏な日々の訪れを心から祈ります 1頁
- ・投稿 「認知症大綱」と「認知症基本法」とを対比してみる 2～3頁
- ・「ご案内」認知症の人と家族のための電話相談「3頁へわが家の認知症ケア手帳」 ④④ 4頁
- ・渡辺医院院長（当会顧問） 渡辺俊之 4頁
- ・「ご案内」認知症介護家族支援講座 2月10日 前橋会場 ・3月9日 高崎会場 4頁

### これからの予定

- 2月11日（日） 渋川つどい 10時～12時 渋川市中央公民館
- 2月17日（土） 太田つどい 10時～12時 太田市休泊行政センター
- 2月25日（日） 県央つどい 10時～12時 県社会福祉総合センター 7階 701会議室
- 2月10日（土） 介護家族支援講座・前橋会場
- 3月9日（土） 同・高崎会場（詳細3頁）

### 電話相談

◎群馬県支部（群馬県からの委託事業）  
認知症の人と家族のための電話相談

027（289）2740

◎本部フリーダイヤル

0120（294）456

X(旧 Twitter) やってます



投稿

「認知症大綱」と「認知症基本法」とを対比してみる

〈認知症大綱〉（2019年6月）

〈基本的な考え方〉

認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら、「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進していく。

本大綱において、

・「共生」とは、認知症の人が、尊厳と希望を持って、認知症とともに生きる、また、認知症があってもなくても社会でともに生きる、という意味である。

引き続き、生活上の困難が生じた場合でも、重症化を予防しつつ、周囲や地域の理解と協力の下、本人が希望を持って前を向き、力を活かしていくことで極力それを減らし、住み慣れた地域の中で尊厳が守られ、自分らしく暮らし続けることができる社会を目指す。



・「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」という意味である。

運動不足の改善、糖尿病や高血圧等の生活習慣病の予防、社会参加による社会的孤立の解消や役割の保持等が、認知症の発症を遅らせることができる可能性が示唆されていることを踏まえ、予防に関するエビデンスの収集・普及とともに、通いの場における活動の推進など、正しい知識と理解に基づいた予防を含めた認知症への「備え」としての取組に重点を置く。結果として、70歳での発症を10年間で1歳遅らせることを目指す。また、認知症の発症や進行の仕組みの解明、予防法・診断法・治療法等の研究開発を進める。（注1）



〈認知症基本法〉（2023年6月）

〈第1条 目的〉

認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう認知症に関する施策に関し、基本理念を定め、・・・もって認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会（「共生社会」）の実現を推進すること

〈第3条 基本理念〉

一 すべての認知症の人が、基本的人権を享有する個人として、自らの意思によって日常生活及び社会生活を営むことができるようにすること  
二 国民が、共生社会の実現を推進するために必要な認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深めることができるようにすること

三 認知症の人にとって日常生活または社会生活を営む上で障壁となるものを除去することにより、全ての認知症の人が、社会の対等な構成員とし

て、地域において安全にかつ安心して自立した日常生活を営むことができるようにするとともに、自己に直接関係する事項に関して意見を表明する機会及び社会のあらゆる分野における活動に参画する機会の確保を通じてその個性と能力を十分に発揮することができるようにすること。  
四 認知症の人の意向を十分に尊重しつつ、良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスが切れ目なく提供されること

五 認知症の人に対する支援のみならず、その家族その他認知症の人と日常生活において密接な関係を有する者（「家族等」）に対する支援が適切に行われることにより、認知症の人及び家族等が地域において安心して日常生活を営むことができるようにすること（注2）

六 認知症に関する専門的、学術的又は総合的な研究その他共生社会の実現に資する研究等を推進するとともに、認知症及び軽度の認知機能の障



# 認知症相談窓口のごあんない

～こんなとき、どこに相談したらいいの？～

認知症について不安がある。認知症の人の介護経験がある家族に話を聞いて欲しい。



— 認知症の人と家族のための電話相談 —

◎公益社団法人認知症の人と家族の会群馬県支部では、認知症の人や家族等の相談に応じています。

相談時間：月～金（年末年始・祝日を除く）  
10:00～15:00

電話番号：027-289-2740

群馬県 健康福祉部 健康長寿社会づくり推進課

（群馬県健康福祉部健康長寿社会づくり推進課作成の資料より抜粋）

害に係る予防、診断および治療並びにリハビリテーション及び介護方法、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすための社会参加の在り方及び認知症の人が他の人々と支え合いながら共生することができる社会環境の整備その他の事項に関する科学的知見に基づく研究等の成果を広く国民が享受できる環境を整備する。

## 注1 「予防」に関する記述について

「大綱」が車の両輪の一つとする「予防」の言葉は、「基本法」では、希望する者への支援等について触れられているにすぎません。「大綱」の検討の過程で、「予防」については議論がありました。「家族の会」は、予防を強く強調することは、認知症になることに否定的なイメージを喚起する、という考え方から、「予防」の強調には慎重な立場をとっています。

「大綱」が、「予防」に関連する記述に3分の2を費やし、「基本法」には僅かであることからすると、捉え方には違いがあるかもしれません。

## 注2 家族についての記述について

介護家族については、「大綱」では基本的な考え方の中で、「家族の視点を重視しながら」とさらりと触れられているにすぎず、家族の立場としては物足りません。「基本法」では、「家族等も地域において安心して日常生活を送れるようにすること」とやや踏み込んだ表現になっていると思います。しかし、やはり、支援者を含めた「家族等」とくくられていることには、やはり不満が残ります。

認知症介護の困難さの多くは、家族という関係性の中から生じます。家族という関係の濃厚さ、そこから生じる愛情、葛藤、甘え、依存などが絡み合って複雑な様相を呈します。その点に着目した、「家族等」ではなく「家族」への、より配慮ある「適切な支援」のいっそうの充実を望みたいと思います。

（田部井康夫）

## 渡辺俊之の「わが家の認知症ケア手帳」④ 「行方不明」に備えて

渡辺医院院長（精神科医、当会顧問） 渡辺俊之



50 年ほど前のことです。「おじいちゃんがまたいなくなっちゃった！トシユキ捜してきて」と祖母から言われました。自転車をこいで、現役医師だった時の往診先の家の周りに行くと、祖父は往診かばんを持って立っています。かぶっている山高帽で、すぐに発見しました。小さな田舎町で、地域ネットワークがしっかりしていた、昭和という背景もあったと思います。

一昨年 6 月、警視庁は 2021 年の行方不明者について発表しました。コロナ禍で行方不明者数は減少しているのにもかかわらず、認知症の行方不明者は、17,636 人で、過去最多だそうです。

認知症の人がいなくなった際の対応を考えておきましょう。絶対に必要なのが写真。一緒に出かけた時に、スマホなどで何げなく全身を撮るようになしてください。いつも使う服や靴を写真に残しておくのも大切です。行方

不明で名前と住所がわからないと困ります。本人の名前や住所を上着に縫い付け、連絡先をポケットに入れておきましょう。最近は位置情報を教えてくれる衛星利用測位システム（GPS）対応のタグや GPS 付きの靴も販売されています。

実際にいなくなり、20 分捜して見つからない場合には警察に連絡です。時間がたつと行動範囲が広がりますし、危険も増します。私の住む街では、認知症の方が行方不明になると、住民に聞こえるような放送が流れます。「〇〇さんが無事保護されました」という放送を聞いた時に祖父のことを思い出します。



## 認知症介護家族支援講座

認知症の理解を深めて少しでも介護の負担が軽くなること、また介護者どうしの出会いの場となることを願って家族支援講座を開催します。一日完結の講座で、認知症について理解を深める、サービスをより有効に利用するための知識を身につける、ワークショップによって認知症の人の心を理解する、という内容です。一人一人の実情に合わせて、講師との質疑応答はもちろん、参加者どうしの交流を深める時間を重視した講座です。特に、認知症の初期から中期の人を介護している人に有意義です。

### 記

- 対象：現在認知症の人を介護中の人
- 定員：各 10 人
- 参加費：無料
- 時間：午前 10 時～午後 4 時（昼食休憩 1 時間 各自でお摂り下さい）
- 内容：○午前 講座①サービス利用の知識を身に着ける  
○午後 講座②認知症についての理解を深める  
講座③認知症の人の心を理解するためのワークショップ
- 日程：**前橋会場**：2024 年 2 月 10 日（土）午前 10 時～午後 4 時  
群馬県社会福祉総合センター 5 階 501 会議室  
**高崎会場**：2024 年 3 月 9 日（土）午前 10 時～午後 4 時  
高崎市総合保健センター 3 階 401 会議室
- 申し込み：表紙の下段に記載の電話、FAX、メールいずれかでお申込み下さい。