

認知症ご本人及び介護家族の 2 本立て研修 による認知症の改善と進行防止

一社) 久留米健康くらぶ

〒830-0023 福岡県久留米市中央町35-1

助成事業の概要

介護負担の軽減と認知症ご本人の進行防止に寄与していく

1) 「認知症ご本人研修」の週 1 回の開催

2022 年 1～3 月はおたっしやコールを月 1 回は「レディース笑進の会」に変更し実施
おたっしやコールを通じて、介護者の支援の必要性が高まり配偶者支援を優先へ

【1】おたっしやコール：コロナ禍で 4 月～12 月に月 2 回、認知症ご本人に電話で対話する事で (1) 現在の体調 (2) 不安なこと・困っている事 (3) 楽しかった事 を毎回確認しながら、ご本人に寄り添いながら実施した。しかしながら対面の喜ばしい集いもあり本年 1 月からご主人を介護する女性介護者の対面での集いを月 1 回実施に変更した。

【2】認知症本人の集い（喜ばしい集い）：3 年目となる月 1 回の対面方式は、(1) 専門家のお話し (2) 当事者主体の企画 (3) おしゃべりタイムを 3 本柱に対話を継続し、近くの公園の散歩や花見等の外カフェも実施した。

◇認知症ご本人を主体に話し合い誰でもが集う場として笑顔で楽しくいきいきと過ごせる活動

事業の成果

1) 「認知症ご本人研修」の週 1 回の開催

おたっしやコール：コロナ禍で、月 1 回の集まりと電話での対話に変更したことで定期的なコミュニケーションが出来て、個別の継続的な課題解決に寄与した。

- ・お電話では、顔が見えないマイナスはあるがいつもほっとカフェを利用している流れで違和感もなく笑顔で楽しく会話が出来た。
- ・1 人 15 分～20 分程度でも、元気な声が聞けて体調や心配事等も確認して、問題があれば後で家族にも報告して家族との信頼関係の向上及び家族とのコミュニケーション改善にも寄与し、レディース笑進の会の開催に繋がり奥様の介護負担軽減に寄与した。

喜ばしい集い：コロナ禍で外カフェが 3 月の花見のみになったが孫も参加され好評だった

2) 「オンライン介護者（子ども世代）研修」の月 1 回の開催

- ・1 年間で、想定以上の 12 組 15 名の子ども世代の参加登録となった
- ・専門家の毎回 20 分程度の話は、参加者にとっては認知症を正しく理解し接し方を学ぶ良い機会となり、シリーズで体系的に行った事が良かった
- ・ほっとカフェの 7 年間の実際にあっている

2) 「オンライン介護者（子ども世代）研修」の月 1 回の開催

◇いつ：毎月第 3 土曜 19 時半～21 時

◇どこで：専門家・事務局はふれあいほ～るを基本に、介護家族は自宅等でライン視聴で行う
(1) 専門家のお話し (2) ほっとカフェの事例紹介 (3) 質疑応答 の 3 本柱で、認知症の正しい理解を深め、接し方や対応を学ぶ事で介

事例も毎回お話が出来て、参考になったようです

- ・ 毎回質疑応答も事前に 3 件前後頂き専門家から具体的な説明を受け全体での学びに寄与した
- ・ 特に脳神経内科のお医者さんの話は、質疑応答も含め納得のいく示唆を頂いた
- ・ この半年で、娘さんやお嫁さんの介護の事例が増えてきておりオンライン笑進の会のお話をすると参加される方が多く、日常での対応で困っている実態が浮かび上がってきた

成果の広報・公表

1) 「認知症ご本人研修」の週 1 回の開催

- ・ 認知症ご本人が対象なので、あくまでほっとカフェの利用者の中でご家族と確認しながら実施しており、広報はチラシ程度ですが久留米市の補助金等で行政もこの活動を評価しており、本来行政でも行なう必要を認めており拡がりを期待している
- ・ おたっしや電話コールは、東京都板橋区の事例を参考にさせて頂いたが、コロナ禍では一定の成果はあったが、認知症ご本人だけの電話コミュニケーションには限界を感じた

2) 「オンライン介護者（子ども世代）研修」の月 1 回の開催

- ・ まだ 1 年の取組で、広報や公表は難しいが久留米市で行っている介護者の集い（対面）がコロナ禍で余り活用されていないので、ご紹介しており今後オンラインでの開催も検討したいとの話があり、最終的には市民にも公表して多くの不特定の介護家族の支えになる可能性があり、その運営や方法等もう 1 年間実施して行政にも提案をしていければと思います

今後の展開

1) 「認知症ご本人研修」の週 1 回の開催

- ・ 前記のように電話でのお達者コールには、限界があり今後は対面の月 1 回の集い（喜ばな集い）を毎月確実に実施し、特に家族との連携を SNS 等で促進し、日々の認知症ご本人への接し方の改善を図ることが最優先と考えます
- ・ 介護者の集いは、男性と女性とに分けて行う事で、全く雰囲気が違い特に女性群は、円滑なコミュニケーションが促進され、課題を共有化して改善するパワーを感じ今後は楽しみである
- ・ 対面の喜ばな集いは、外にお出かけの機会も半分に増やし、花見+芋ほり、野菜づくりも家族ぐるみで検討して、家族ぐるみでの認知症の進行防止に繋げたい。

2) 「オンライン介護者（子ども世代）研修」の月 1 回の開催

- ・ 2 年目となるこの研修を専門家スタッフも充実させながら、利用者の子ども世代だけではなくラインが可能な配偶者（70 歳前後）にも拡大して、多くの学びの場にしたい
- ・ オンラインは、数には限界がなく今は、ほっとカフェ利用者の家族が前提であるが、久留米市とも連携して、久留米市民の誰でもが参加できるオンライン介護者の集いも視野に進めていければと考えています
- ・ 2022 年度は、認知症介護者の 3 本柱で①男性介護者の集い②レディース介護者の集い③オンライン（子ども世代）介護者の集いを着実にやり、全国的にも革新的で先進的取組として評価を頂けるように展開をして参ります。