

認知症カフェを起点にしたマルチ連携

目黒認知症家族会たけのこ／認知症カフェ“ラミヨ” 世話人 竹内弘道

アルツハイマーの母は介護保険制度のスタート直前に車いす状態になった。12年におよぶ単身者の24時間介護で、いちばんの力になったのが「認知症家族会たけのこ」の存在だった。97歳の母を見送り独居老人となったのを機に、家を建て替えて2階のフロアを地域に開放することにした。「目黒認知症家族会たけのこ」が15年目に入った昨年7月、「市民交流スペースラミヨ」をスタートさせた。認知症の枠を抜け、地域づくりへ一歩踏み出す取り組みである。現在、認知症カフェの土曜談話サロン「ラミヨ」、高齢者見守りの「コミュニティカフェいよさん家」、わらべうたで子育ての「らっこサロン」、ばあばの子育て応援団「ほっこり」が活動している。

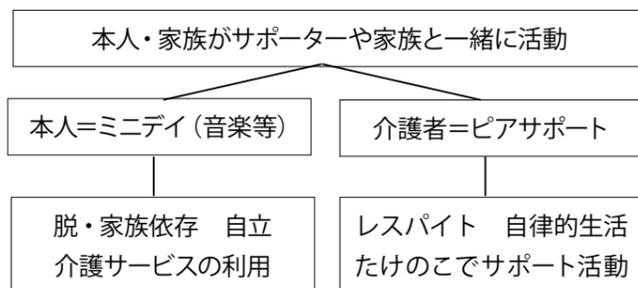
■ 認知症家族ケア たけのこスタイル

たけのこは認知症の本人と介護者がペアで参加できる家族会で、親子、夫婦など「家族単位」の会員が約20家族いる。その半数がペア活動者だ。それに個人会員、見守りサポーター、区の保健師、包括支援センタースタッフなどが加わり、毎回、30人程度が集まる。

たけのこの定例活動の柱は、①認知症の人のケア(ミニデイ) ②介護者のケア(ピアサポート)の2つ。他者との交わりにナーバスで、ひきこもりがちな認知症の人を介護サービスにつなげ(社会参加)、家族のレスパイトと自律的生活を後押しする。介護保険制度の隙間ともいえる、認知症ケアのソフトを担う活動だ。

活動の前半は全員で、後半は2室に別れて行う。本人はサポーターらとともに音楽など(ミニデイ活動)を楽しみ、介護者は隣室で交流・情報交換(ピアカウンセリング)する。

◆ 認知症家族ケアの流れ



「別行動」に慣れていくことで本人と家族の過度な依存関係が改善される。この慣らし運転を経てデイサービスなどの定期利用につなげていく。

介護には必ず終わりの時がやってくる。しかし、介護卒業生の多くが「たけのこ」に残り、活動を続けている。現役介護者のサポートだけでなく、看取り後のグリーフケアでも役割を果たしている。しかし、気が付けば介護が自身の問題となり、おひとりさまも目立つ……。

■ 家族会から地域交流へ

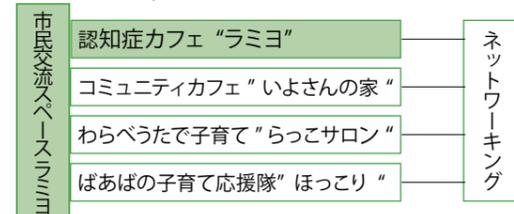
「市民交流スペースラミヨ」の第1号としてスタートした認知症カフェ“ラミヨ”は、認知症で連なる

人たちの“ウィークエンドカフェ”として発想した。週末の午後、皆でゆったりと認知症や暮らしのこと、コミュニティのことなどについて談話する……。ラミヨは母の名・伊代とフランス語のL'amiを合わせたもの(ラミ+いよ=ラミヨ)。「認知症つながりの仲間たち」の意を込めた。「ラミヨ」には「噂を聞いて」「紹介されて」などと認知症の枠を超え、さまざまな人たちがやってくるようになった。遠くから来る人たちもいる。そこから自然に「高齢者見守り」や「子育て」の活動が始まった。グループ間の交流プログラム「ラミヨネットワーク」計画もテーブルに

◆ 認知症家族「たけのこ」と市民交流スペース「ラミヨ」

目黒認知症家族会たけのこ	
(月次)「定例会 ミニデイ&家族交流」	(年次)イベント「たけのこ広場」 啓発・相談・交流・ミニデイ

地域交流→まちづくり



わらべうたで子育て
“らっこサロン”



認知症カフェ
“ラミヨ”

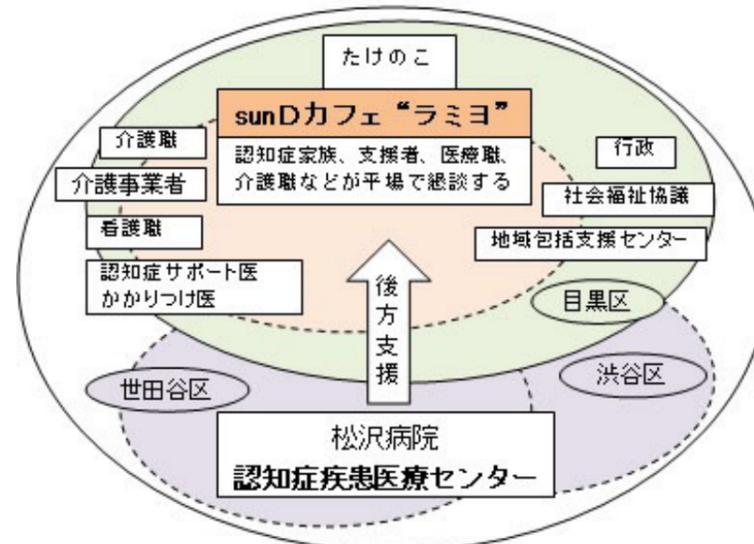
乗っている。さらに多彩な地域連携が生まれることを夢想している。

■ 医療・介護・地域連携の「sun Dカフェ」

今夏のスタートを予定している sun D カフェ “ラミヨ” は、現行の認知症カフェを進化させたスタイルを考えている。認知症当事者と医療職、介護職、一般市民が同等の立場で交流する。家事や公務を離れ、休日にふらっとコーヒーを飲み立ち寄る。そんな「日曜談話カフェ」である。来店者全員が学び合うための場でありたい。日曜日開催の Sunday と、ディメンシア(認知症)、ディライト(愉快)、ドネイション(社会貢献)の3つのDをイメージして名付けた。

カフェ運営のためのリーダー研修もスタートする。研修会場はもちろん「市民交流スペースラミヨ」。研

sun D カフェ “ラミヨ” の地域・医療・介護連携



医療と福祉・介護の連携をめざす「認知症疾患医療センター」

65歳以上の高齢者は4人に一人となり、認知症高齢者は300万人を超えたとされている。増え続ける認知症高齢者の居宅生活を支えるためには、認知症理解を広め、本人や家族が必要な支援を受けられるよう、身近な地域の中で医療と介護の連携が必要となる。しかし、身近な地域の中に認知症を理解し、対応できる医師は十分とは言えない。

厚生労働省は、認知症の早期発見と治療、地域での生活を支えるために医療と介護の連携を目的に「認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)」(平成25年から29年まで)を策定した。本人や家族の状態に応じた適切なサービス提供の流れを「認知症ケアパス」として作成し、「認知症サポート医」の養成など、医療機関の認知症対応力を高めて、早期診断・早期治療をめざしている。地域での生活を支えるために、介護保険事業計画に

修自体が地域づくりのネットワークの場となる。地域の医療と介護、地域医療とセンター医療の結節ポイントとしての役割も意識している。



6月に予定している認知症啓発イベント「たけのこ広場」では、松沢病院認知症疾患医療センター長と目黒のサポート医とのセッションを行う。それが sun D カフェ開催のお披露目ともなる。10年目を迎える「たけのこ広場」には認知症家族、認知症専門医、サポート医・かかりつけ医、介護関係者など多くの人が参集してきた。その人的資源が sun D カフェのベースとなる。カフェをステーションに医療と介護、地域と地域などマルチな連携を発信していく。

sun D カフェは数年後には区内に10店程度の展開を考えている。その後は日曜の枠も外し、「Dカフェ」として人々が常に「まちのこと」を語り合う場に進化させる。誕生から死まで、すべての過程をコミュニティで見守り、サポートする……。生老病死、日本の文化になじんだ暮らしの再構築である。Dカフェ構想の起点になったのは認知症。とすれば「認知症もワルクナイ」。

第10回たけのこ広場(参加無料)

(ミニデイ付き認知症介護相談・交流会)

■ 6月2日(日) 午後1時半～4時半

■ 目黒区総合庁舎2階大会議室ほか

詳細: 目黒認知症家族会たけのこ

<http://takenoko.kazekusa.jp/>

問合せ: たけのこ・竹内 03-3719-5527

介護・医療サービスの構築などを反映させる予定である。

東京都はこれまでも「東京都認知症対策推進会議」のもとに、認知症高齢者や家族を支えるために、医療支援体制の検討やかかりつけ医の認知症対応力向上研修、認知症サポート医の要請などの取り組みを進めてきた。しかし、地域の中での医療支援や連携体制はまだ十分ではない。そこで、都内の12の二次保健医療圏(*注)ごとに「認知症疾患医療センター」を設置し、地域の医療機関同士や介護との連携を緊密にし、早期発見、専門医療相談や人材育成も含めた支援体制の整備をすすめている。各センターには「介護連携協議会」が設けられ、地域連携とセンター運営について意見交換している。

(工藤春代)

(*注) 西多摩・北多摩・北多摩北部・北多摩南部・南多摩・区西部・区中央部・区東北部・区東部・区南部・区西南部