



認知症の理解を深める
普及・啓発キャンペーンDVD



～語り合う「私と認知症」～

活用の手引き

はじめに



この国は世界に類のない少子超高齢社会です。高齢化に伴って認知症の人は今後も増え続けていくと推計され、2025年には約700万人、高齢者の5人に1人が認知症とされています。そのような時代に私たちは「認知症」とどう向き合えばいいのでしょうか。

私たちの社会の未来は、不安とおびえの中にしか描けないのでしょうか。そうではなく、**「認知症と共に生きる社会」、誰もが自分らしく暮らすことができる「地域共生社会」の中で、「認知症」をどう考えるか、一人ひとりが自分のことと考えるためにこのDVDを作成しました。**幅広い活用と話し合いの場につながればと思っています。

このDVD映像は、4人の認知症当事者が、今、伝えたいことを、自分たちで考え話し合ったものです。まず全体を通して視聴するのをお勧めしますが、項目ごとに章立てしていますので繰り返して視聴できるようにもしてあります。

どんな人に見てもらいたいのか。認知症の人、その家族、専門職、学生、自治体の担当者、地域住民などなど、全ての皆さんに見ていただきたい。**とりわけ、これまであまり「認知症」について考えてこなかった、そのような人にこそぜひ視聴していただきたいと思っています。**

どのように活用するのがいいのか、決まりはありません。どのように視聴しても結構です。ひとりで視聴するのでもグループで見るのもいいでしょう。

ただ、視聴しながら、認知症についていろいろと考えたり、疑問に思ったりすることが出てくると思います。それを大切にもらいたいのです。自分自身の中で問い直し、それまで自分の抱いていた「認知症」とどこが同じなのか、あるいはどこが違うのか、認知症の人の発言を聞いてどう思ったかなど、改めて「認知症」について考えてみてください。グループで見たら、ぜひこの映像をもとに話し合ってみましょう。

ここでの認知症の人の発言は、すべての認知症の人を代表しているわけではありません。皆さん一人ひとりが違うように、このDVDでの認知症の人もまた、一人ひとりが違った地域の違った境遇の中でそれぞれの暮らしをしています。**多様な価値観の中で、あなた自身の「認知症観」を考えていただきたいのです。**ですので、このDVDは、認知症について何らかの「答え」を提供するものではありません。むしろ、話し合った認知症の当事者からの「問いかけ」ともいえるでしょう。それぞれの答えは、これを見た皆さんの側にあります。



語り合った人々



丹野 智文さん

(1974年生まれ 宮城県仙台市 在住)

大学卒業後、県内の自動車販売会社に就職。トップセールスマンとして活躍していた2013年、39歳でアルツハイマー型認知症の診断を受ける。同年、認知症の人と家族の会宮城県支部の若年認知症のつどい『翼』に参加。2015年からは、仙台市で認知症当事者の相談窓口「おれんじドア」を主宰。全国各地で講演活動を展開し、認知症になっても「笑顔で生きる」ために何が必要なのか、問いを発信し続けている。



山田 真由美さん

(1960年生まれ 愛知県名古屋市 在住)

高校卒業後、市内の小学校で25年ほど給食調理員として勤務。2011年、アルツハイマー型認知症と診断される。2013年に市内の認知症の本人と家族の交流会「あゆみの会」に参加。その後講演活動を始め、認知症サポーター養成講座の講師や、2017年からは、名古屋市西区地域包括ケア推進会議認知症専門部会委員に就任。毎月、西区役所で認知症の人の相談と交流ができる窓口「おれんじドア・も〜やっこなごや」を開く。

藤田 和子さん

(1961年生まれ 鳥取県鳥取市 在住)

かつて看護師として病院に勤務、家庭では認知症の義母を介護した経験を持つ。2007年、アルツハイマー型認知症と診断。2010年に「若年性認知症問題にとりくむ会・クローバー」を設立（2014年にNPO法人化、現在副理事長）。2011年から2013年にかけて、鳥取市差別のない人権尊重の社会づくり協議会委員。2014年10月には、認知症の当事者の活動団体、日本認知症ワーキンググループを設立（2017年9月に法人化し日本認知症本人ワーキンググループの代表となる）。認知症の人の権利や、当事者の地域への参画などの提言を行なっている。



渡邊 康平さん

(1942生まれ 香川県観音寺市 在住)

長年、地域でハンセン病の人への偏見をなくす活動や、ボランティア、自治会の世話などに務めてきた。75歳の時、脳血管性の認知症と診断される。2017年に、香川県三豊市立西香川病院の非常勤相談員として、医療センターに併設された「オレンジカフェ」で自身の体験を語り、また、認知症の人と家族の支援や相談にあたっている。現在は、妻の昌子さんとともに講演することもあり、認知症になってからの夫婦の支え合いや在り方も語っている。



この啓発DVDを活用するにあたって

このDVDは全体が3つのパートに分かれています。グループディスカッションの素材とするとき、それぞれのパートごとに話し合いをするとよいでしょう。あまり先入観を持たずに視聴し、座談会をしている4人それぞれと“出会い”、自分も一緒に話し合いに参加する気持ちでご覧下さい。

ディスカッションのポイントを以下に記しますが、これにこだわることはありません。あくまで自由に視聴し、考え、語り合ひましょう。



パート1 本人が語る「私の認知症」

ここでは、診断後、認知症と向き合い、受け入れ、前向きに生きる現在に至るまでのプロセスが語られています。

- ① 全体を視聴してどんな印象を持ちましたか。それはあなたの抱いていた「認知症」と違いましたか。同じでしたか。
- ② 印象に残った言葉、やりとりはどこですか。なぜその言葉が印象に残ったのでしょうか。
- ③ 診断を受け、誰もが不安や絶望を感じたと発言しています。それはなぜなのでしょう。本人の思い、社会の課題、それぞれを考え、語り合ひましょう。一概には言えませんが、現在では早期に診断を受け、すぐに適切な医療や支援につながれば、認知症になってもかなりの期間、自分らしく暮らし続けることができると考えられています。それにもかかわらず不安や絶望があるのはなぜなのか、考えましょう。
- ④ 4人がいま前向きに暮らせるようになったのは、どんな要因があるのでしょうか。また、それぞれの工夫や取り組みについて、語り合ひましょう。

パート2 支援と自立を考える

ここでは、認知症の支援のありかたや、本人の自立について語られています。

- ① あなたは認知症の人への「支援」をどう考えていますか。それは、認知症の人の語る「支援」の捉え方と同じでしたか。違うとしたらどこでしたか。
- ② 「サポーター」と「パートナー」という言葉が出てきます。その意味合いや役割など、どう違うのか、語り合ひみましょう。
- ③ どんな「支援」が本人の力になったと語られているのでしょうか。特に、本人たちは「して欲しくない支援」についても語っています。具体的な支援の姿について、語り合ひみましょう。
- ④ 認知症になっても「自立して暮らす」「自分らしく暮らす」とはどういうことだと思いますか。
- ⑤ あなたができることは何ですか。家族、専門職、医療者、行政、地域など、それぞれの立場で考えましょう。

パート3 「認知症にやさしい社会」を考える

国は2015年に「認知症の人の意思が尊重され、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続ける社会の実現」を目指し「新オレンジプラン（認知症施策推進総合戦略）」を策定しました。ここで打ち出されているのが「認知症にやさしい社会」です。ここでは、その実現のために何ができるのか、本人たちが語り合ひています。

- ① 認知症の人が働くことの意味、役割とは何でしょうか。また、認知症の人が働くためには何が必要でしょうか。また、認知症になると働けなくなる場合が多々あります。それはなぜか。社会の課題を考えましょう。
- ② 「働く権利」という発言が出てきます。本人が「権利」を語ることの意味を考えましょう。認知症のあるなしに関わらず、誰もの暮らしの土台、社会の基盤につながる意味があるのではないのでしょうか。
- ③ 認知症の予防や偏見についてどう考えますか。本人たちの「予防」の捉え方をどう考えますか。社会で行われている取り組みと本人の思いのギャップについて考えましょう。また、あなた自身に認知症への偏見はあるのでしょうか。それはどんなものなのでしょうか。
- ④ あなたは、自分が認知症だったらと考えたことはありませんか。自分のこととして認知症のことを考えてみましょう。
- ⑤ 「認知症にやさしい社会」について語り合ひましょう。住んでいる地域の町づくりを想定して話し合ひましょう。

ディスカッションMEMO



コピーしてお使いください

Blank lined area for discussion notes on page 6. The lines are color-coded in a repeating sequence: pink, yellow, blue, orange, green, purple, and brown.

Blank lined area for discussion notes on page 7. The lines are color-coded in a repeating sequence: pink, yellow, blue, orange, green, purple, and brown.



終わりに



さて、見終わってどんな感想を持ったでしょうか。よくわからない、ということでもいいのです。今、ここで結論的な感想を引き出す必要はありません。認知症の本人の誰もが「とても明るく笑顔だったのでびっくりした」という感想を持ったとしたら、とても新鮮な感想です。そこからその人の「認知症」への捉え方が変わる可能性があります。

話し合いはどうだったでしょうか。グループでの議論に熱が入りすぎると、多様な意見が出にくくなることがあります。どのような意見でも、誰もが臆せず言える雰囲気を作るようにしましょう。何が正しくて何が間違いかという議論ではなく、自分と違う捉え方、意見に耳を傾けましょう。特に自分のこととして考える視点は重要です。とかく認知症は、福祉や医療の「対象」として語られることが多いのです。

認知症の本人の声を聴くこと、あなたはどうか考えるでしょうか。

今この瞬間にも、認知症と診断され、つらい思いの中にいる本人、ご家族がいるはずで、す。しかし、このDVDの座談会に登場した誰もが、同じ境遇をくぐり抜けてきました。ですからここには、認知症の人が前向きに笑顔で暮らすための実際的なアドバイスもたくさん込められています。

ぜひこの映像や、あなた達の話し合いを他の人に、バトンリレーするようにつなげていってください。それが「認知症にやさしい社会」につながるひとつの道でもあります。一人の出来ることは小さいかもしれませんが、ひとつひとつ、つなげていくことが、未来の社会への一番確かな方法です。

ひとりの百歩より、百人の一步。

参考情報

新オレンジプラン・パンフレット(厚労省)

http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/kaitei_orangeplan_gaiyou.pdf

認知症のひとと家族の会

<http://www.alzheimer.or.jp>

日本認知症本人ワーキンググループ (JDWG)

<http://www.jdwg.org>

※このDVDは、平成29年度老人保健事業「認知症の理解を深める普及・啓発キャンペーンの効果的な実施方法等に関する調査研究」の映像資料として制作されています。

- 【調査企画】 みずほ情報総研株式会社 社会政策コンサルティング部 医療政策チーム
住所: 〒101-8443 東京都千代田区神田錦町2-3 電話番号: 03-5281-5277
- 【映像資料制作】 めだかピクチャーズ合同会社
住所: 〒151-0063 東京都渋谷区富ヶ谷1-15-10-33 電話番号: 090-3433-1705