

大府市

認知症に対する不安のない まちづくり推進条例



認知症不安ゼロのまち おおぶ
Dementia-Friendly City Obu




大府市長
おかむら ひでと
岡村 秀人

ごあいさつ

大府市は、「健康都市」として、早くから認知症の予防や
認知症の人にやさしいまちづくりに取り組んできました。

このパンフレットでは、平成29年12月に、全国で初めて作った
「大府市認知症に対する不安のないまちづくり推進条例」と、条例にもとづき
みなさんと進めてきた取組の一部を紹介しています。

このパンフレットを通じて、条例の考え方をひとりでも多くの人に伝え、
みなさんと一緒に「認知症不安ゼロのまち おおぶ」を
つくっていきたいと思います。

 大府市

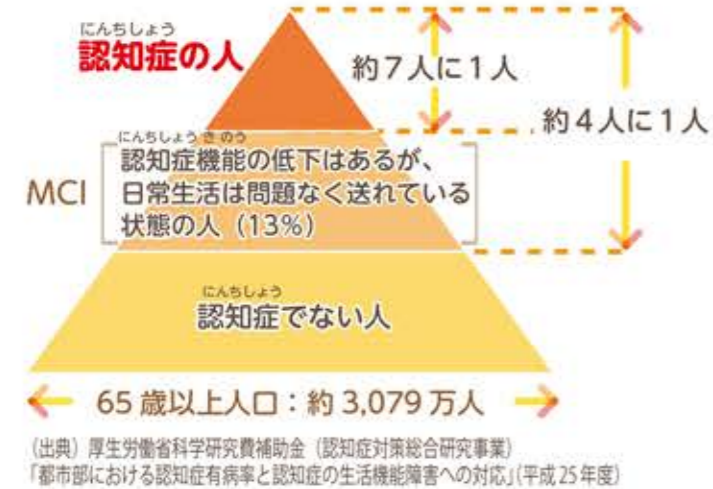


「認知症不安ゼロのまち おおぶ」 を目指して

認知症について

認知症は、脳の細胞が壊れたり、働きが悪くなったりして、生活がしづらくなることです。認知症になると、忘れやすくなったり、今までできていたことができなくなったりします。（「中核症状」といいます）。

また、性格や人間関係、生活環境などによって、元気がなくなったり、怒りっぽくなったり、ものを取られたと思ひ込んだりすることもあります（「行動・心理症状」といいます）。この症状は、環境やまわりの人の接し方が変われば、よくすることができます。



65才以上の高齢者の、約4人に1人が認知症か、その前段階のMCIだと言われています。年を取るほど認知症になる可能性が高くなりますが、若い人でも認知症になることがあります。誰にでも認知症になる可能性があることを理解し、自分のこととして考えることが大切です。



条例で目指すこと

大府市は、平成29年12月、全国で初めて認知症に関する総合条例を作りました。認知症に対する不安のないまちを目指して、3つの考えにもとづいて取組を進めています。

- 1 認知症を正しく理解して、認知症の人やその家族の気持ちになって取り組みます。
- 2 認知症の人をはじめ、誰もが安心してくらすことのできる地域を作ります。
- 3 色々な立場の人がそれぞれの役割を理解し、お互いに連携します。

家族の声

肩の力をぬいて、介護に向き合う
 言ったことを覚えていない。母が認知症だと感じた瞬間でした。介護の仕事をしてきたこともあり、認知症について知っていました。「とうとう母も認知症になったか」と、受け止めるのに時間はかかりませんでした。
 介護保険サービスを始め、使えるサービスは何でも使って介護を続けています。他の人を頼ることに罪悪感を覚えたり、自分だけで抱え込んだりせず、肩の力をぬいて介護に向き合うことが、母にとっても自分にとってもよいことだと信じています。

気負わず、普通に話しかけて
 家族は、特別なことをするわけではありませんが、わたしの心によりそってくれます。近所の人も母の様子を知り、一人歩きしていると教えてくれるようになりました。何かしてあげなくてはと構えられるより、無理なくささえてくれる関係の方がこちら居心地がよく、ありがたいと思っています。
 散歩をしているとき、母にどう接してよいか身構えてしまう方もまだたくさんいます。認知症になっても地域でくらす一員として、気負わず普通に話しかけてもらえるようなまちになるといいなと感じます。【市内で母親を介護するけいこさん】

介護しながら感じたことを、まんがにしています。介護している人が共感する内容も多く、評判もよいそうです。



それぞれの役割

市民

(わたしたち一人ひとり)

認知症についての正しい知識を身につけましょう。

認知症の予防に努めましょう。



認知症についての理解を深めましょう。

地域組織

(自治会やコミュニティなど)

住民同士の支え合い活動に取り組みましょう。



おたがいの取組に協力しましょう。

関係機関

(研究や支援をしているところ)

専門的な知識を持つ人材の育成に努めましょう。

おたがいに連携しましょう。



市

調査や分析を行い、認知症についての取組を進めます。

必要なしくみを整えます。

市の主な取組を、次ページからご紹介しています。

例えば...

- 認知症サポーター養成講座を受ける。
- 塩分はひかえめ、お酒はほどほどにして、バランスのよい食事をとる。
- 人と積極的に交流する。



身近な場所で交流の場「ふれあいサロン」

例えば...

- ご近所どうしのあいさつや声掛け、見守りをすすめる。
- 認知症の人などが行方不明になったときに備えて、訓練を行う。
- 住民に向けて認知症サポーター養成講座を行う。



大府コミュニティが行った、「オレンジガーデニングプロジェクト」

例えば...

- 働いている人が認知症について学ぶ機会をつくる。
- 働いている人が認知症になったり、介護することになっても安心して働けるよう、制度を整える。
- 認知症の人でも安心して利用できるサービスや製品を提供する。



従業員向けに行った「認知症サポーター養成講座」

例えば...

- 認知症についての研究成果を発信する。
- セミナーを開催する。
- 情報を共有し、一緒に取り組む。



介護関係の仕事をする人に向けて行った「認知症対応力向上研修会」



正しい知識の普及



幅広い世代の市民、事業者、地域組織に対し、認知症に関する正しい知識を伝えていきます。

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を温かく見守る応援者である「認知症サポーター」を養成しています。



パンフレットなどの配布

認知症の症状や支援制度などを紹介しています。

①「おおぶ・あったか認知症安心支援ガイド」



②「おおぶ・あったか認知症安心支援ガイド 別冊資料」



③「認知症の症状と支援の流れ (認知症ケアパス)」



認知症の予防

研究成果を活用し、予防に取り組みます。



食事・運動・睡眠などの指導やアドバイスを 行います。



地域の認知症予防の取組を支援します。

※ここでいう「予防」とは、認知症になるのをおくらせる、認知症になっても進行をゆるやかにするという意味です。

健診事業

「プラチナ長寿健診」、「食べる機能健診」、「運転技能検査」を行っています。



健康長寿塾

公民館で行っている、フレイルや認知機能の低下を予防するための教室です。



コグニノート

毎日の歩数やさまざまな活動を記録する「コグニノート」を配っています。



コグニサイズを楽しもう!



コグニサイズは、運動をしながら頭を使って、認知症になりにくくするエクササイズです。大府市内ではコグニサイズを行うグループがたくさん活動しています。

1

認知症の人やその家族が
気軽に相談や交流が
できる場をつくります。



2

できるだけ早く、
適切な支援に
つなげます。

3

行方不明になるおそれがある
人を見守るしくみづくりや、
万が一事故にあった場合の
支援を行います。

コスモスクラブ

認知症の人の交流会を開き、
茶話会やレクリエーションを
行っています。



おおぶ・あったか認知症カフェ

認知症の人や家族、
地域の人、専門職など、
だれでも参加できる交流
の場です。



認知症介護家族交流会・ 家族支援プログラム講座

認知症の人を介護する家族が、情報交換し、リ
フレッシュする場所です。

「家族支援プログラム」では、認知症の人の介護
について学ぶことができます。

おおぶ・あったか見守りネットワーク

認知症などで行方不明になる心配がある人に
は、事前に届け出をしてもらい、外出先での万が一
の事故に備えた保険を用意しています。

自治区と一緒に、行方不明になった人を探す訓
練をしています。

行方不明になった場合は、メールマガジンなど
で情報を配信し、早期発見につなげています。

交流会に参加して
介護する人の気持ちをすべて理
解してもらおうことはむずかしいも
のです。

「交流会で話すとスッキリして元気になる！」と
笑顔で帰っていくみなさんを見るとうれしい気持
ちになります。

【認知症の人と家族の会 池田さん】

